

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

ÉVALUATION DU PROFIL DE PERSONNALITÉ  
DES CYCLISTES SUR ROUTE ÉLITE QUÉBÉCOIS

MÉMOIRE  
PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN KINANTHROPOLOGIE

PAR  
CATHERINE CARDINAL

MARS 2013

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.01-2006). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

## REMERCIEMENTS

Si ce projet est né, c'est d'abord grâce à l'appui de Guy Thibault, Conseiller en recherche à la Direction du sport et de l'activité physique du Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. Guy m'a donné la chance de travailler, à titre de journaliste à la recherche, sur un projet stimulant, celui de créer un compendium des recherches faites au Québec en lien avec la promotion du sport et de l'activité physique. Ce travail m'a permis d'approfondir mes connaissances en kinésiologie et m'a donné le goût d'amorcer un retour aux études pour accomplir un doctorat.

Dans le cadre du boulot effectué pour le MELS, j'ai eu l'opportunité de rencontrer Pierre Sercia. Il a su me convaincre de redessiner ma voie. Alors que je m'orientais vers le doctorat en psychologie, je me suis vue revenir sur les bancs d'école pour accomplir une maîtrise en kinanthropologie. Un choix d'abord stimulant et accommodant pour une professionnelle revenant tardivement se ressourcer à l'université.

L'aventure m'a donné l'occasion de faire converger passions et préoccupations. Le sport d'abord, et plus spécifiquement le vélo et un enjeu social qui me hante : le culte de la performance.

Ce projet est le fruit de maintes réflexions portant sur notre société que je juge parfois malade de performances. J'y témoigne en faveur du sport et des athlètes. Je souhaite par là favoriser l'émergence d'une réflexion posant les bases d'un cadre, où tous les sportifs sont à même de s'épanouir, voire de performer, dans un contexte qui ne nuit pas à leur santé. Il me semble important et pertinent de réfléchir à la mise sur pied d'un encadrement médical et psychologique des athlètes, offert en amont, et de manière préventive.

Depuis quelques années, le cyclisme tend à prendre son envol au Québec et au Canada. Avec une équipe Continentale pro, labélisée UCI, et deux événements ProTour, la province se place avantageusement sur la scène cycliste internationale. Je souhaite que les cyclistes élites québécois puissent réussir ici comme à l'étranger et qu'ils puissent bénéficier d'un support et d'un encadrement adéquat pouvant assurer leurs performances et leur bien-être physique et psychologique.

Je remercie Guy et Pierre pour les portes qu'ils m'ont ouvertes. Je remercie également Jean P Boucher et Alain Steve Comtois du département de kinanthropologie de l'UQAM qui m'ont toujours écoutée et aidée, et ce, malgré le fait que mon projet détonnait par son contenu à la fois : sportif, sociétal et psychologique. Et, enfin, je remercie tous ceux et celles qui m'ont permis de réaliser cette recherche : Pierre Lemay de l'entreprise Performance de pointe et tous les cyclistes qui m'ont appuyée. Merci enfin à Jean-Jacques Rondeau qui m'a donné un bon coup de main lors de mon processus de recherche.

Merci à tous et bonne route!

## TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES TABLEAUX.....	vii
RÉSUMÉ .....	viii
INTRODUCTION .....	1
CHAPITRE 1	
PROBLÉMATIQUE .....	5
1.1 CONTEXTE GENERAL : LA QUETE DU DEPASSEMENT .....	5
1.2 EFFET DU CULTE DE LA PERFORMANCE CHEZ LE SPORTIF .....	9
1.3 LA REALITE DES CYCLISTES DE HAUT NIVEAU .....	12
1.5 OBJECTIF DE L'ETUDE .....	19
1.6 IMPORTANCE DE LA RECHERCHE .....	20
CHAPITRE 2	
CADRE THÉORIQUE .....	23
2.1.1 Étude de l'INSEP .....	23
2.1.2 Réalités épidémiologique et clinique des psychopathologies du sport .....	25
2.1.3 Addictions et sport.....	26
2.2 PERSONNALITE DES SPORTIFS .....	33
2.2.1 Personnalité des cyclistes .....	36
2.2.2 Concept de personnalité .....	38
2.2.3 Approche typologique .....	39
2.2.4 Approche dimensionnelle.....	39
2.2.5 Autres approches .....	41
2.2.6 Méthodes d'évaluation de la personnalité .....	41
2.3 L'UNIVERS DU CYCLISME.....	49
2.3.1 Le cyclisme en France et en Europe.....	49
2.3.2 L'organisation et les budgets d'équipes .....	51
2.3.3 Le cyclisme au Québec et au Canada.....	52
2.3.4 Enjeux médiatiques, financiers et de dopage .....	54

## CHAPITRE 3

MÉTHODOLOGIE.....	57
3.1 ÉCHANTILLON.....	57
3.2 INSTRUMENT DE MESURE .....	58
3.3 PROTOCOLE .....	59
3.4 QUANTIFICATION ET ANALYSES.....	61
3.5 LIMITES DE RECHERCHE.....	62

## CHAPITRE 4

ANALYSE ET DISCUSSION.....	65
CONCLUSION .....	73
BIBLIOGRAPHIE .....	77

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1 - Alpha de Cronbach .....	66
Tableau 2 - Test de comparaison de moyenne Mann-Whitney.....	67

## RÉSUMÉ

La recherche qui suit porte sur l'évaluation du profil de personnalité des cyclistes sur route élités québécois. Elle vise à mieux connaître ces athlètes qui se sacrifient sur le terrain pour voir si ceux-ci ont des comportements adaptés malgré la « pression de performance » qui leur incombe.

Les cyclistes vivent beaucoup de stress physique et psychologique. L'entraînement intensif, les compétitions, les échecs sportifs, la retraite précoce, l'appui conditionnel des commanditaires, etc. sont autant de facteurs susceptibles d'engendrer des vulnérabilités comportementales.

Notre recherche vise donc à évaluer la personnalité des cyclistes professionnels québécois pour être en mesure de leur offrir un encadrement physique et psychologique conséquent et adéquat, à la hauteur de leur investissement sportif.

20 cyclistes sur route élités canadiens ont été évalués via le TCI (Temperament and Character Inventory) qui permet de définir le caractère des individus selon 3 dimensions (détermination, coopération et transcendance) et le tempérament des individus selon 4 dimensions (recherche de nouveautés, évitement du danger, dépendance à la récompense et persistance). Tous les cyclistes participants étaient de niveau élite, âgés de 19 à 35 ans et de sexe masculin. Ils ont eu à remplir un questionnaire autoadministré de 226 questions (Vrai ou Faux). Un groupe témoin de 20 sujets a également rempli le TCI.

Les résultats montrent en somme qu'il existe peu de différences entre le groupe de cyclistes et le groupe témoin. Les premiers obtiennent des scores plus élevés pour la dimension de « persistance ». C'est dire que les sportifs participants accusent d'une plus grande détermination que le groupe témoin. Les athlètes obtiennent par ailleurs des résultats plus faibles pour la dimension « dépendance à la récompense » laissant présumer qu'ils sont plus pragmatiques et plus rationnels que le groupe témoins. Ces résultats sont encourageants puisqu'ils laissent croire que les cyclistes élités canadiens ont des comportements adaptés à leur pratique.

Mots clés : cyclistes, profil de personnalités, pression de performance, Temperament and Character Inventory, comportement, athlètes



## INTRODUCTION

Dans le sport de haut niveau, la pression est forte. Avec les avancées technologiques des dernières années, les records sportifs se sont accentués et sont, conséquemment, de plus en plus difficiles à battre. Les sportifs doivent, pour réussir, s'investir pleinement physiquement et psychologiquement. Ils se doivent de performer et de cumuler les réussites pour rester dans la course.

Plusieurs chercheurs et spécialistes du sport se sont penchés sur la problématique de la « pression de performance » que vivent les athlètes d'aujourd'hui. La philosophe Isabelle Queval parle de « surenchère des exploits »; le sociologue émérite Marcel Bolle de Bal décrie quant à lui la « société du spectacle » qui impose aux athlètes professionnels une « valeur marchande » et un « devoir de victoire »; le psychologue Stéphane Proïa témoigne et met en lumière les coulisses moins glorieuses du sport; tandis que le psychanalyste Patrick Bauche parle des athlètes tels des « héros fatigués ». En somme, de nombreux théoriciens ont écrit sur les dérives qui émanent du « culte de performance ». Le sociologue Alain Ehrenberg en a fait l'objet d'un livre. Il définit ainsi, étape par étape, l'émergence d'une nouvelle obsession du dépassement qui façonne la réalité sociale d'aujourd'hui et qui incombe, par le fait même, notamment aux athlètes d'élite.

Le sportif d'aujourd'hui est l'image et le symptôme d'une société malade d'exploits. Conséquemment, lourds sont les enjeux qui lui reviennent. Outre le défi du dopage, très médiatisé celui-là, la littérature scientifique fait état d'un certain nombre d'études illustrant des problèmes de natures diverses chez les athlètes de haut niveau et plus spécifiquement chez les cyclistes professionnels : alcool et cyclisme (travaux du neurobiologiste Philippe De Witte 1997), toxicomanie et cyclisme professionnel (travaux du psychiatre J.-C Seznec 2002), surinvestissement sportif et troubles

alimentaires (analyse du psychologue Stéphane Proïa 2006), addictions au sport (Claire Carrier, 1993), etc. Autant de pièges que l'athlète d'élite doit à tout prix éviter pour mener à bien sa carrière sportive. Entre « surenchère des exploits » et « devoir de victoire », il ne reste que très peu de place pour l'individu qui se cache derrière l'athlète.

La recherche qui suit vise à mieux connaître les sportifs et nommément les cyclistes sur route élités québécois pour s'assurer de leur fournir, en tout temps, un encadrement et un support adéquat. Cette étude veut cerner, par le biais du test de personnalité : le Temperament and Character Inventory, le profil de personnalité des cyclistes sur route élités québécois pour voir si, confrontés à des exigences de plus en plus grandes, les athlètes ont des comportements adaptés. La recherche veut permettre aux spécialistes du milieu cycliste de mieux connaître les athlètes qui se sacrifient sur le terrain pour qu'ils puissent poser les bases d'un encadrement préventif adéquat.

Le premier chapitre de la recherche met en lumière la problématique de ce culte de la performance dont il est question et l'effet possible qu'il peut avoir sur la société et sur le milieu sportif en particulier. Il expose également la réalité propre au milieu cycliste de haut niveau. Et prend acte de la pertinence de sonder la réalité des cyclistes québécois par le biais d'une meilleure connaissance de leur personnalité.

Le second chapitre expose les répercussions possibles de notre culte de la performance et aborde les psychopathologies rencontrées dans le milieu sportif en plus de dépeindre la réalité de l'univers du cyclisme à l'étranger comme au Québec. Il lève le voile sur une étude réalisée par l'Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance (INSEP) ayant mis en lumière la présence de pathologies dans l'univers du sport de haut niveau. Un chapitre s'attarde tout particulièrement aux problèmes d'addictions qui semblent être une réalité présente dans l'univers du cyclisme de haut niveau. Enfin, il est également question dans ce chapitre, de la

personnalité des sportifs, du concept de personnalité et des méthodes et mesures qui nous sont données pour mesurer une telle réalité. Une attention particulière est portée au Temperament and Character Inventory puisque c'est l'instrument de mesure que nous avons privilégié pour faire cette étude.

Le chapitre trois met la table au protocole de recherche en abordant : le processus de sélection des participants; l'instrument de mesure sélectionnée, le TCI, et la façon dont seront analysées les données. Enfin, le chapitre quatre nous donne un aperçu des résultats pouvant être attendus.



## CHAPITRE 1 PROBLÉMATIQUE

### 1.1 Contexte général : la quête du dépassement

Nous vivons à une époque où la réussite est au centre de nos préoccupations. En occident du moins, la société carbure à la réalisation professionnelle, aux compétences multiples, aux résultats, à la production, etc. Bref, « l'homo postmodernus » est un être qui possède, biens et moyens, et rivalise avec son prochain. L'ère 2.0 nous veut productifs, partout à tout moment, toujours multitâches, mais néanmoins jamais débordés. Comme l'indique si justement Alain Ehrenberg dans son livre *Le Culte de la performance*, nous sommes « sommés de devenir *les entrepreneurs de nos propres vies*. » (Ehrenberg, 1991). Bien de son temps, l'auteur va plus loin en exprimant que « chaque individu doit, dans son travail, ses loisirs ou sa vie affective, conduire sa vie comme un vrai professionnel de sa propre performance. » (Ehrenberg, 1991). Or, il en va de la vie comme du sport, on exige aujourd'hui de nos athlètes qu'ils réussissent tout à tout moment « l'exploit n'est plus épisodique, il est continu » (Redeker, 2008). Bienvenue à l'athlète 2.0!

À l'origine, l'athlète ne fait guère figure de vedette, ni même de héros. Tel que le rappelle la philosophe Isabelle Queval dans plusieurs de ses écrits, l'athlète de l'Antiquité est l'homme qui accomplit son plein potentiel dans les limites de ce que lui impose la nature. Nulle idée de dépassement de soi n'existe réellement avant le Siècle des Lumières. « Prévalent [alors] *le fini sur l'infini, la limite sur l'illimité, l'achevé sur l'inachevé, l'ordre sur le désordre* » (Queval, 2004). Mais le concept de progrès tel qu'appréhendé par Descartes dans son *Discours de la méthode* donne soudainement « un pouvoir technicien [à l'homme] sur le monde autour de lui. » (Queval, 2004). Et l'idée du *sans limites*, qui ne va plus à l'encontre de l'ordre divin, acquiert progressivement ses lettres de noblesse jusqu'à s'ériger en culte. La visée du

sportif ne passe ainsi plus par une quête d'équilibre et d'harmonie, ni n'est freinée par les limites naturelles de l'homme. L'athlète d'aujourd'hui est, à l'inverse, en quête incessante de records infinis. Comme l'indique à juste titre Robert Redeker dans son livre *Le Sport est-il inhumain?* : « Dans les temps actuels, le meilleur athlète est celui qui dépasse les limites de l'humanité, qui les fait exploser » (Redeker, 2008). De la mesure harmonieuse d'antan on est passé à la démesure, de l'homme, on en est venu à faire naître le surhomme. En somme, « la gloire homérique a été remplacée par le "culte de performance" et sa visée d'une "surnature" » (Queval, 2001).

Le sportif d'aujourd'hui est fait à la chaîne : « Les sportifs paraissent tous coulés dans le même moule [...] *usinés méthodiquement pour le spectacle.* » (Redeker, 2008). Normal, puisqu'on leur demande à tous, peu importe leur discipline, de s'assurer de battre des records, de gagner, d'exceller, de s'immoler sur l'autel de la postérité. Et pour ce faire, il leur faut s'entraîner sans relâche. Pousser la machine, l'huiler au besoin, concentrer leurs efforts et leurs chances de réussite, etc. En somme, se dépasser. Le dépassement est la nouvelle religion des temps modernes et le sport, la prière pour parvenir au septième ciel. Dans les sociétés occidentales d'aujourd'hui, « la performance est venue remplacer l'accomplissement » (Seznec, 2008). Plusieurs sociologues se sont ainsi penchés sur ce nouveau rapport obsessionnel à la performance, à la victoire, au dépassement et à l'excellence. Cet enjeu né d'une « société du spectacle » qui en commande toujours plus et où « le sport contemporain semble cristalliser les dysfonctionnements d'une société où, telle une maladie du système, l'athlète va en devenir le symptôme » (Seznec, 2004). Pourtant, comme le dit le psychanalyste Patrick Bauche « l'athlète n'est pas un surhomme quand bien même est-il de haut niveau »! (Bauche, 2003).

Le sport d'aujourd'hui carbure aux gros chiffres et aux résultats. Ce qui prime : le spectacle grassement financé pour émouvoir les foules assoiffées de records débridés. Les spectateurs en demandent et en redemandent parce qu'on leur en met toujours



plein la vue. Et le sportif devient ce « mutant soumis à l'impératif de la commercialisation » (Redeker, 2008). Le sport-spectacle ultra-médiatisé est ingénieusement mis en scène pour surprendre, à tout moment, les spectateurs et faire augmenter les cotes d'écoute. Les sportifs y jouent le rôle de héros et doivent vaincre à tout prix. L'auteur Marcel Bolle de Bal parle à cet égard de « devoir de victoire » (Bolle de Bal, 2003). Le dépassement et la gloire s'institutionnalisent sous la pression d'enjeux économiques d'importance. Rétribués au rendement et domptés par l'appui conditionnel de leurs sponsors, les sportifs de haut niveau n'ont d'autres choix que de réussir et sont mus par des impératifs de rentabilité, car « sans Or, pas d'argent (...) nous voici (...) au coeur du système du sport professionnel. Système économique, système financier, système de pouvoir où l'argent est roi, la réussite la règle, la défaite l'interdit » (Bolle de Bal, 2003). À défaut de rétribuer les « travailleurs cyclistes » en leur donnant un salaire fixe avec prime, on en fait ainsi des « produits sportifs »!

Chez l'élite sportive, la pression est inévitable. Avec les années, les records sportifs se sont accrus pour devenir de plus en plus difficiles à battre. Les athlètes se doivent, pour gagner, de s'investir corps et âme. Ils se doivent de multiplier les victoires pour rester dans la course. Sans résultats, points de salut. Les avancées technologiques qui se sont opérées au cours des années ne sont pas sans concourir à la glorification et à l'artificialisation des performances. Aujourd'hui, la réussite sportive passe implicitement par des exploits considérables. On assiste à une « surenchère des exploits » (Queval, 2001). La philosophe Isabelle Queval nous rappelle à ce chapitre qu'en 1900, l'Américain Irving Baxter détenait le record olympique du saut à la perche en franchissant 3,30 m, alors que le record du monde de la spécialité est aujourd'hui de 6,15 m! Même constat dans les autres disciplines sportives. Le 18 avril 2011, au marathon de Boston était signé le temps le plus rapide de l'histoire. Le Kenyan Geoffrey Mutai a réussi l'exploit en courant 42 km en 2 h 3 min 2 s! Prouesses humaines, médicales ou technologiques?

Il est possible de croire que les victoires se dessinent aujourd'hui autant dans les laboratoires que sur le terrain. Le sport n'est pas qu'un exercice physique, c'est une discipline étudiée scientifiquement pour pousser les limites des capacités humaines. Physiologie, médecine, pharmacologie marchent main dans la main avec le sport. Ils se conjuguent pour faire naître l'athlète machine. Celui qu'on ne peut pas briser, ni arrêter. Les spécialistes du domaine sportif travaillent ardemment à mettre sur pied de nouveaux équipements de plus en plus sophistiqués autant que des suppléments permettant d'optimiser — sinon de pervertir — les limites du possible. Et l'athlète est ainsi constamment en *mano a mano* avec lui-même, avec ses propres limites pour tenter de battre les nouveaux records établis. « L'artificialisation toujours croissante de la performance surnature l'organisme humain au risque, précisément, de le dénaturer » (Queval, 2004) et le corps devient en quelque sorte, comme l'exprime si justement la philosophe, un laboratoire d'expérimentation. Et l'athlète, quant à lui, devient le produit d'un collectif d'experts : entraîneurs, médecins, physiothérapeutes, etc. qui travaillent à en faire une vedette sportive.

« Stars dans le mythe, boucs émissaires dans la réalité » (Bolle de Bal, 2003), les vedettes du sport s'achètent, à fort prix — celui de leur santé — la pérennité de la gloire. Fou le sport? À en croire les paroles du psychiatre Jean-Christophe Seznec ce n'est pas le sport qui est *dingue* « mais on peut se demander si ce n'est pas la société qui est folle, avec un sport comme symptôme de son dysfonctionnement » (Le Monde, Seznec, 2007).

Le sport d'élite fait aujourd'hui figure de religion. Et pas n'importe laquelle, celle de l'excès. Des excès qui se conjuguent au pluriel. Excès de performances, de records, de résultats, excès financiers, etc. Dans ce cadre, tout « champion connaît une ascension presque christique [alors que] le vaincu descend aux enfers » (Petitdémange, 2004). Les valeurs cardinales de l'athlète passent aujourd'hui par la souffrance et le dépassement, pour atteindre la sainte victoire. Et tout concourt à cultiver le mythe et



s'emploie à ériger l'athlète en héros. « Plus vite, plus haut, plus fort » dit la devise. N'y a-t-il pas de dangers psychophysiologiques à exiger autant des athlètes? « La formule selon laquelle " le sport, c'est la santé " est aujourd'hui mise à mal, si l'on s'en réfère au sport de haut niveau » (Queval, 2004).

## 1.2 Effet du culte de la performance chez le sportif

« Bien utilisé, le sport est une source d'épanouissement. Mal utilisé, il peut être à l'origine d'importants dégâts » (Le Monde, Jean-Christophe Seznec, 2007). Le sport est souvent appréhendé tel un gage de santé. C'est aussi un lieu d'apprentissage, un espace formateur en terme de discipline, de travail, d'efforts. Un incubateur de bonnes valeurs qui enseigne la compétitivité, la persévérance, la gestion du stress et des peurs, etc. Dans le sport d'élite, cette réalité tend toutefois à s'effacer. À ce niveau, sport et santé ne marchent pas nécessairement main dans la main. Les pros du sport, de par la nature et l'intensité de leur pratique, sont régulièrement exposés à des enjeux physiques et psychologiques de grande intensité dus à leur entraînement et à la pression qu'ils ont de performer. « On est en droit de douter que l'obsession de la performance qui est l'une des colonnes vertébrales du sport de compétition soit le meilleur garant de la santé [des athlètes de haut niveau] » (Queval, 2001). Effectivement, les études portant sur le sport de haut niveau montrent que celui-ci n'est pas sans risque. Surutilisation de médicaments, consommation de drogues, mortalité précoce, surentraînement, troubles de comportements alimentaires, etc. sont au nombre des dérives liées au sport d'élite. Un constat qui n'est pas étonnant si l'on admet que les athlètes vivent, au cours de leur carrière, des stress nombreux dans un temps record : compétitions, échec potentiel, blessures sportives, retraite précoce, surentraînement, dopage, etc. Autant d'enjeux capables, à tout moment, de faire basculer la vie des sportifs vers la gloire ou vers le gouffre. Ils se retrouvent alors implicitement confrontés à des remises en question fondamentales de cela même qui

les définit : l'activité sportive. « Les désillusions, les blessures irrémédiables, l'expérience de la vacuité et les après-carrières sombres pourraient témoigner de la vulnérabilité du sportif de haut niveau lié à cet impératif de dépassement de soi » (Queval, 2001).

Le quotidien de l'athlète s'organise entièrement autour de sa pratique et est religieusement ritualisé. Mais si les sacrifices sont coûteux et s'inscrivent dans le temps, la réussite, elle, n'est pas éternelle. Un des risques du métier est celui de ne pas être préparé à la multitude de deuils qui attendent l'athlète et notamment celui de sa fin de carrière. C'est pourquoi il est capital d'appréhender le sport de manière humaine, d'encadrer adéquatement les athlètes au point de vue physique autant que psychologique et d'inscrire le projet sportif dans un projet de vie plus global. Il est important de bâtir la carrière des athlètes autant que leur après-carrière sans quoi cette dernière, si elle n'a pas été envisagée, pourra être très difficile à vivre. Des études ont d'ailleurs sondé la vulnérabilité croissante des sportifs qui sont en arrêt, ou arrivent en fin de carrière sportive. Dépression et baisse d'estime de soi font partie des problèmes soulevés. À cela peut s'ajouter une perte identitaire, doublée d'une fragilité aux dépendances de toutes sortes. En arrêt, l'athlète d'élite, habitué à vivre des sensations fortes à l'année, peut effectivement sentir le besoin de se réfugier dans un comportement compensatoire pour remplir le nouveau vide existentiel qui l'habite. « Si la pratique sportive n'apparaît pas en soi psychopathologique, en revanche, les conditions de vie, d'entraînement et l'aliénation psychique de l'individu pour atteindre les 'heures de gloire' méritent analyses et critiques » (Bauche, 2003).

Plusieurs sociologues et spécialistes de la question sportive ont écrit sur les dérives potentielles du sport de haut niveau. Bon nombre d'études semblent confirmer empiriquement leurs discours. La sociologue Marie Choquet a notamment démontré un lien entre pratique sportive intensive (plus de huit heures de sport par semaine) et risques comportementaux. Selon ses recherches, les femmes qui pratiquent une

activité sportive de grande intensité ont plus de chances de souffrir de troubles alimentaires et de faire preuve d'agressivité verbale alors que les hommes ont plus de risques d'adopter des comportements toxicomaniaques et de l'agressivité sexuelle. Cette étude, comme d'autres que nous aborderons plus loin, ne fait que rappeler que pratique sportive intensive — pour ne pas dire excessive — n'est pas sans risque psychopathologique.

Il est entendu que le sport ne crée pas la psychopathologie. Mais le sport cache parfois des problèmes de santé très sérieux. Une étude de l'INSEP, menée en 2009, a démontré, à ce chapitre, que dans le milieu du sport d'élite, troubles anxieux et épisodes dépressifs étaient des pathologies dominantes (39 %; 23 %). Le sport d'élite, avec ses conditions séculaires et ses exigences hors normes, drainerait-il ainsi une faune singulière avec des caractéristiques communes prête à se plier au régime du culte de la performance? Mieux connaître ces individus qui choisissent la carrière d'athlète ne permettrait-il pas d'encadrer les athlètes en fonction de leurs réels besoins? Peut-être faut-il se demander si les sportifs d'élite ont des traits de personnalité communs, des traits qui les amènent à adopter la compétition et à pousser toujours plus loin leurs limites? En connaissant mieux ceux-ci, il serait implicitement possible de mieux les encadrer.

En France, la loi Buffet exige qu'une fois l'an, les athlètes de niveau élite aient un suivi, voire une évaluation, psychologique pour déterminer comment ceux-ci s'adaptent aux exigences sportives. Cette évaluation permet d'analyser le projet sportif de l'athlète et de voir comment ce dernier s'intègre harmonieusement dans le reste de sa vie. En même temps, il permet aussi de cerner les vulnérabilités psychologiques qui pourraient être présentes et de mettre en place un encadrement adéquat si besoin est. « L'arrêté du 16 juin 2006 précise : deux fois par an chez les sportifs mineurs et une fois par an chez les sportifs majeurs, un bilan psychologique est réalisé, lors d'un entretien spécifique, par un médecin ou par un psychologue sous

responsabilité médicale. » Malheureusement, cette loi « relative à la protection de la santé des sportifs et à la lutte contre le dopage » n'est pas toujours rigoureusement appliquée. Certaines fédérations sportives se rebiffent. Mais le concept fondamental demeure. Au Québec aucune loi ne réglemente ni n'assure la santé psychologique des sportifs de haut niveau. Or, il apparaît fondamental de mettre sur pied de telles politiques de prévention. La pratique du sport, de manière intensive et professionnelle, impose un suivi pour éviter que les sportifs ne développent des vulnérabilités comportementales.

### 1.3 La réalité des cyclistes de haut niveau

Si l'on se fie aux titres des journaux, les problèmes pullulent dans l'univers cycliste. Trop souvent cyclisme va de pair avec dopage, tricherie, EPO, destin tragique, mort précoce, etc. Or, le dopage est un problème en lien avec la pression exercée sur les athlètes et il se retrouve ainsi dans toutes les disciplines et à tous les niveaux sportifs. Si le cyclisme semble parfois détenir le monopole du dopage, ce peut être simplement parce que près du quart des tests antidopages se font dans l'univers cycliste.

On ne peut toutefois pas nier l'existence du problème. Il est possible de croire que le contexte social dans lequel les sportifs (et nommément les cyclistes) évoluent contribue à engendrer ou du moins à exacerber l'apparition de comportements à risque. Malgré tout, peu d'études sur des populations sportives ont été réalisées dans une perspective proprement psychologique. Bon nombre d'études, en lien avec le sport de haut niveau ou plus spécifiquement le cyclisme, ont été réalisées avec un objectif d'ordre physiologique. Dans le domaine psychologique, les chercheurs se sont tantôt intéressés à la préparation mentale des athlètes, tantôt au concept de motivation, mais rarement à leur santé psychologique. Ainsi, trop peu de scientifiques se sont penchés sur le sport d'élite pour appréhender l'état psychologique ou le profil

de personnalité des athlètes concernés. Une étude réalisée par Backmand et coll. (2003) a tenté le défi, en explorant la personnalité de 1040 anciens athlètes finlandais qu'on a comparés à des sujets non sportifs. Des différences de personnalité s'observaient en fonction des sports pratiqués. Autrement, l'étude menée par l'INSEP représente une des très rares recherches à s'être réellement penchée sur la santé mentale d'une masse critique de sportifs de haut niveau.

Les docteurs Seznec, Lowenstein et Carrier sont du nombre de ceux qui se sont intéressés aux enjeux psychologiques qui hantent le cyclisme. Certaines difficultés semblent faire consensus : problèmes d'addiction, de dépendance aux drogues de performance comme aux autres drogues, à la pratique même du cyclisme, problèmes de troubles alimentaires sont du lot des enjeux rencontrés. Des enjeux qui vont au-delà du simple problème de dopage et expriment plutôt le malaise d'une société, en plus d'illustrer « un réel problème de santé publique [puisqu'il] existe une véritable vulnérabilité des athlètes de haut niveau à développer une addiction, que cela soit pendant leur carrière sportive ou ensuite » (Seznec, 2002). Mais comme l'exprime la philosophe Isabelle Queval « l'histoire de l'addiction du sportif de haut niveau, et peut-être de notre société tout entière, au dépassement de soi n'est pas complètement écrite » (Queval, 2001).

Cela dit, des études ont montré que les sportifs, et notamment les cyclistes, plus « appétents de sensations fortes », seraient ainsi implicitement plus susceptibles de développer des problèmes de dépendance. Le psychiatre Jean-Christophe Seznec s'est sérieusement penché sur la question. Selon ses observations, « la prévalence de la toxicomanie dans le sport de haut niveau est importante » et « ces addictions semblent être en relation directe avec la mutation brutale qu'a subie le sport de haut niveau vers une professionnalisation » (Seznec, 2002). Les cyclistes se doivent non seulement de gagner leur vie, mais ils se doivent aussi de faire « augmenter la cotation en bourse des sponsors » (Seznec, 2002). Donc, pour s'assurer d'être au *top*, les cyclistes



consomment vitamines et autres produits ergogéniques souvent pris par voie injectable. N'est-ce pas là une façon d'engendrer progressivement un glissement vers la prise de produits dont l'effet peut être plus concluant? Les cyclistes n'appriivoisent-ils pas ainsi, petit à petit, l'art du « dopage »?

« Une conduite dopante est un comportement de prise de produits aux fins de performance » (Laure, 1995, 2000, 2002). Ainsi défini, force est d'admettre que le problème est fréquent et qu'il s'étend à la société au grand complet. Toutefois, ce n'est que dans le sport que ce type de conduite est puni. Ce problème social touche, bien entendu, toutes les disciplines sportives, à la fois l'élite et le milieu amateur. Culte de performance, précarité professionnelle, et culture de l'excès favorisent certainement ce type de comportement. Un comportement pernicieux qui, selon certaines études, s'appriivoiserait progressivement. Avant d'adopter la « culture du dopage », les sportifs s'adonnent à une culture de prise de compléments alimentaires qui constitue la porte d'entrée d'un enjeu plus dévastateur. Une étude menée en 2006 (Papadopoulos et coll.) a en effet démontré que les athlètes qui s'adonnent à la prise de compléments alimentaires sont quatre fois plus à même de se doper comparés à ceux qui ne carburent pas à ces compléments. Une première étape vers le dopage donc, qui est par la suite appréhendé par le sportif en terme de « coût d'opportunité » (Bourg, 2003). Étant donné que les produits ergogéniques permettent, dans certains cas, d'augmenter les capacités de près de 10 %, considérant également que la carrière d'un sportif est généralement de courte durée (4 à 8 ans) et tenant compte des exigences croissantes dictées par la société du spectacle, il y a fort à parier que le calcul s'avère simple pour certains sportifs. Améliorations des capacités physiques = accroissement des résultats = augmentation de la rémunération + pérennité de la carrière. « L'athlète fait les sacrifices nécessaires pour être reconnu, pour surmonter les difficultés et poursuivre son rêve » (Mignon, 2002). Peut-on vraiment juger les sportifs (souvent jeunes) qui feront ce choix? Une chose demeure, dans la mesure où un seul sportif accepte le contrat, le pacte social est brisé et les résultats erronés.

Facteur aggravant, le problème du dopage vient rarement seul. Il se double souvent d'autres troubles addictifs tels l'alcoolisme ou la toxicomanie par exemple. Il n'est pas rare de voir des sportifs, notamment des cyclistes, se battre contre des problèmes de dépendance de toutes sortes. Selon le docteur Seznec, cette problématique addictive serait liée à un enjeu plus grand et sociétal celui de notre dépendance à la victoire. Une dépendance qui se définit à travers « [la] compétition entre les pays [les] intérêts mercantiles [la] course à l'audimat ». Ainsi, l'athlète devient, selon le docteur Seznec, non plus « un héros, mais un produit au service des intérêts de son entreprise ». Il y a, dans le sport de haut niveau, une disparition de « la composante jeu » au profit de la « composante performance » qui entraîne les athlètes dans une « spirale pour la gagne selon un mode en tout ou rien ». Cette soif de la gloire engendre chez les cyclistes une surconsommation de produits de toutes sortes pouvant leur permettre de passer à travers les épreuves herculéennes auxquelles ils sont soumis.

Interpellé par l'ampleur des problèmes qui touchent les sportifs de haut niveau et plus précisément les cyclistes, le docteur Jean-Christophe Seznec a poussé plus loin ses recherches en ce sens pour s'apercevoir que ce qu'il nomme « addiction à la gagne » va beaucoup plus loin qu'une simple dépendance au sport. C'est ainsi qu'il parle de « toxicologie de la gagne » pour qualifier les problèmes sous-jacents à la pratique du cyclisme de haut niveau. Selon l'expert, « le sportif de haut niveau, souvent en souffrance, développe une relation pathologique au médicament qui peut être assimilé à une forme de toxicomanie » (Seznec, 2004). De ce rapport à l'activité, à la souffrance et à la réalité découlent parfois, chez les cyclistes, des comportements déviants qui peuvent les mener à des destins tragiques. Il s'agit de penser au champion italien Marco Pantani ou encore au cycliste belge Frank Vanderbroucke pour s'en convaincre.

Ancien médecin du Tour de France, Jean-Pierre de Mondenard a mené en 1998 une étude sur la mortalité des sportifs de haut niveau contemporains qui énonce des résultats désolants « oui le dopage tue. 17 coureurs morts de crise cardiaque en 3 ans. » À la lumière de ses recherches, on dénote notamment que « les coureurs cyclistes de la période récente semblent évoluer à rebours de la population générale dont la mortalité diminue (...) depuis 1945. » (Escriva, 2001). Effectivement, Zanette, Jimenez, Pantani, Vandenbroucke sont tous d'ex-cyclistes morts d'un arrêt cardiaque dans la jeune trentaine! Dérapage lié au sport de haut niveau et au dopage ou simple fatalité? « L'atteinte de l'excellence sportive puis la condamnation à l'exploit sans cesse renouvelé (...) se traduisent souvent en clivage et en aménagement défensif du registre addictif (...) la culture de l'endurance à la douleur et le non-dit de la plainte qui imprègnent ce milieu, potentialisent les vulnérabilités psychiques des postulants à la gloire » (Proia et Morhain, 2006).

Dans ses études et ses écrits, le psychiatre Jean-Christophe Seznec a notamment sondé la potentielle dépendance au sport que peuvent développer les athlètes de haut niveau et le glissement vers d'autres dépendances qui peut s'opérer à l'arrêt de la carrière sportive. Il a ainsi observé que « le cyclisme appartient à cette catégorie de sport qui se pratique de façon compulsive » (Seznec, 2002). Selon certaines recherches qu'il relate, notamment menées par le docteur et psychiatre Claire Carrier, il semblerait que la nature même de l'activité puisse potentiellement favoriser l'apparition de troubles addictifs. « Pour une partie des sportifs de haut niveau, le sport interviendrait de la même manière qu'un stupéfiant comme remède à la souffrance corporelle ou psychique » (Valleur, Véléla, 2002).

À l'aube des années 2000, le docteur et spécialiste en addiction William Lowenstein a quant à lui mené une étude en France qui démontrait que 10 % des personnes aux prises avec des problèmes de toxicomanie étaient d'anciens sportifs de haut niveau. Ce pourcentage grimpait à 20 % au Centre Méfadone Montecristo où il travaillait



alors. C'est dire que la carrière sportive et, l'après-carrière non planifiée, peuvent être difficiles à aborder. Normal puisque, d'une part, l'athlète se doit pendant des années de performer et, d'autre part, le moment venu, il change de « galaxie », pour devenir un homme « ordinaire » en même temps qu'il vit un réel « sevrage » lié à son nouveau statut de « non-athlète » et à sa dépense énergétique hebdomadaire réduite.

Le professeur et neurobiologiste Philippe De Witte a émis l'hypothèse d'une similarité entre les effets du sport intensif et de l'alcool, les deux produisant une augmentation de taurine dans le cerveau et pouvant ainsi engendrer un effet de dépendance. Il est, selon lui, « légitime de se demander si le cerveau des alcooliques et celui des sportifs pratiquant des sports d'endurance (...) n'adoptent pas un fonctionnement similaire. » (De Witte, 1997.)

Pour sa part, la chercheuse Édith Filaire a su démontrer la prévalence de l'apparition des troubles alimentaires chez les sportifs qui pratiquent des sports d'endurance et tout particulièrement chez les cyclistes qui peuvent développer un problème « d'anorexie athlétique. »<sup>1</sup> (Filaire, 2007). « Les sportifs présenteraient un ensemble de traits de caractère qu'ils partageraient avec les patients souffrant de troubles cliniques du comportement alimentaire (...) l'orientation vers la réussite, la tendance obsessionnelle compulsive, le perfectionnisme » (Filaire et coll. 2008).

Peut-on ainsi croire que le cyclisme draine une certaine faune, un certain type de personnalité, prêt à se plier aux exigences exceptionnelles du sport de haut niveau? C'est en quelque sorte la question à laquelle le psychiatre Jean-Christophe Seznec a tenté de répondre par le biais de sa recherche portant sur : l'Évaluation dimensionnelle de personnalité des membres de l'équipe de France junior de vélo sur

---

<sup>1</sup> « ensemble des comportements alimentaires subclinics présentés par des sportifs pour lesquels un trouble réel du comportement alimentaire n'est pas défini, mais qui utilisent au moins une méthode de contrôle pondéral tel que le jeûne, les vomissements provoqués et l'utilisation de comprimés coupe-faim, laxatifs ou diurétiques » (Sundgot-Borgen, 1993)

route. Cette étude — dont les résultats ont été publiés en 2003 — avait comme but de cerner, par le biais du test de personnalité TCI (Temparement and Character Inventory), la personnalité des cyclistes afin de développer des « techniques de préparation mentale », de « repérer des prédispositions aux addictions » et de « développer des politiques de prévention. » Les résultats ont démontré une tendance chez les cyclistes à être de type « passionné » et à avoir notamment une plus grande dépendance à la récompense, des différences au niveau de l'attachement affectif et au niveau du besoin de soutien. En revanche, les autres dimensions de la personnalité évaluées par le TCI étaient similaires chez les cyclistes et les non-cyclistes. Les cyclistes des passionnés donc, aussi amateurs de sensations fortes sont, selon Jacques Birouste, « tacticien(s)/praticien(s) de la limite » et affamés de réussite voire de perfection. Birouste dira également qu'ils sont de types « jusqu'au boutiste. » (Véléa, 2002). Ces études fragmentaires donnent des outils précieux pouvant servir à élaborer des politiques de prévention et un encadrement adéquat répondant réellement aux besoins des athlètes.

Au Québec, aucune tradition cycliste n'existe réellement. Or, depuis 2008, le Canada compte une équipe cycliste, SpiderTech-C10, ayant obtenu de l'Union cycliste internationale (UCI) en janvier 2011, le statut d'équipe Continentale professionnelle<sup>2</sup>. Aussi, de plus en plus de cyclistes d'ici se démarquent à l'étranger. La pratique du cyclisme s'est ainsi étendue et popularisée au point d'engendrer plusieurs athlètes nationaux de très bon niveau. Des athlètes québécois et canadiens sont ou seront, à leur tour, confrontés aux enjeux de performance qu'implique la pratique cycliste de haut niveau. D'un autre côté, nul soutien (médical et psychologique) aux sportifs de haut niveau n'est standardisé au Québec. Il est de mise de mettre sur pied des

---

<sup>2</sup> Équipe cycliste professionnelle sur route enregistrée auprès de l'Union cycliste internationale. Elle participe aux compétitions des circuits continentaux ou du calendrier historique. Si elle dispose du label wild card, elle peut participer au Tour de France et au circuit ProTour.

recherches nous permettant de développer des interventions et une prise en charge adéquate de nos jeunes athlètes.

#### 1.4 Énoncé du problème

Compte tenu des nombreux facteurs de stress physiques et psychologiques auxquels s'expose l'élite cycliste (stress de compétition et physiologique dus aux épreuves d'endurance arides, blessures sportives, surentraînement, échec, retraite précoce, etc.); compte tenu de la pression de performance (devoir de réussite, pression des commanditaires, des médias) et compte tenu des dérives comportementales exposées par de précédentes recherches (dopage, dépendance à l'alcool, troubles alimentaires, etc.), l'évaluation du profil de personnalité des cyclistes élités québécois peut aider à mieux définir les individus qui se trouvent derrière les athlètes et ainsi permettre de : 1) déceler des vulnérabilités comportementales, 2) mettre sur pied des interventions adéquates et 3) développer des politiques de prévention.

#### 1.5 Objectif de l'étude

L'objectif consiste à définir les traits de personnalité et le caractère des cyclistes sur route de haut niveau québécois afin de mieux connaître les individus derrière les athlètes et ainsi tenter de comprendre si les enjeux auxquels les sportifs sont confrontés (telles les addictions) sont des vulnérabilités propres aux athlètes, des troubles acquis ou provoqués par un environnement sociologique « pressurant ». Le but ultime étant, en définitive, de pouvoir donner aux athlètes un encadrement adéquat, faire des interventions adaptées, répondre aux besoins réels qui découlent de la pratique du sport de haut niveau et mettre sur pied des politiques de prévention. Tout particulièrement dans le cas des jeunes athlètes et dans le cas de ceux qui prennent le chemin de la retraite pour prévenir l'adoption de comportements à risque.

### 1.6 Importance de la recherche

On a pu le constater, les exigences du sport de haut niveau et plus précisément du cyclisme de niveau élite sont très élevées. On demande aux athlètes d'atteindre des niveaux de performance qui semblent parfois hors de portée. Pour rester dans la course et avoir une réelle carrière sportive, les cyclistes doivent se conformer aux exigences. Certains cyclistes peuvent être tentés d'adopter des comportements inadaptés (dopage, surinvestissement sportif, etc.) qu'il est capital de définir pour pouvoir les éviter.

L'étude de la personnalité des cyclistes sur route élités québécois peut permettre :

- D'un point de vue psychologique, d'évaluer le profil de personnalité des cyclistes pour voir si cette discipline sportive rassemble des sportifs de caractère et de tempérament semblables. Et ainsi, mieux comprendre les enjeux auxquels ils font réellement face et définir leur réelle capacité de s'y adapter.
- D'un point de vue social, d'évaluer si culte de performance et société du spectacle ont un effet réel sur la manière qu'ont les sportifs d'appréhender le sport.
- D'un point de vue professionnel, permettre de mieux comprendre les enjeux psychologiques auxquels sont confrontés les cyclistes pros, dans le but d'élaborer des méthodes d'intervention adaptées.

En somme, le fait d'évaluer le profil dimensionnel de personnalité des cyclistes sur route élités québécois, va permettre de mieux cerner les individus derrière les athlètes de pointe, et ainsi appréhender la carrière sportive dans une optique humaine qui peut aider l'athlète à performer dans un contexte qui ne nuit pas à sa santé.

Dans un contexte plus global, il est possible de penser que la mise sur pied d'un programme d'encadrement médical et psychologique obligatoire permettrait aux

instances sportives de cibler, de manière préventive, les athlètes aux prises avec des troubles d'adaptation face à la pression de performance qui leur incombe.



## CHAPITRE 2

### CADRE THÉORIQUE

#### 2.1 Psychopathologies de la performance

Quand psychologie se conjugue avec sport, il est souvent question de préparation mentale, de « coping »<sup>3</sup>, d'optimisation des performances, de gestion de stress et de motivation. Plus rarement la psychologie liée au sport se rapporte spécifiquement à la santé ou au profil psychologique des athlètes. Pourtant, il est capital d'oeuvrer en sport dans le respect et la bonne santé des sportifs. Un encadrement et un suivi adéquats sont de mise, tant au plan physique que psychique. Sans compter que les psychopathologies sportives, quoique taboues, côtoient parfois l'élite sportive. Elles sont de nature diverse : le syndrome du sportif de pointe (manifestations somatiques qui précèdent un événement sportif); le surentraînement (fatigue, irritabilité, insomnie, troubles de l'humeur dus à une surcharge de stress physiologique et psychologique); l'anorexie simple et renversée (trouble de comportement alimentaire qui amène à maigrir ou à se muscler de manière exagérée); les dépendances positives et négatives (addiction à une substance ou à la pratique sportive considérée positive ou négative), etc. (Lincheneau, 2002). Or, comme le montrent les études qui suivent, il semble parfois que « la recherche d'un corps performant entraîne sa rupture » et que le corps « paie l'addition de la performance » (Guerreschi, 2003).

##### 2.1.1 Étude de l'INSEP

L'INSEP (Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance) a mené une étude auprès de 470 sportifs de l'institut, toutes disciplines confondues, pour tenter de

---

<sup>3</sup> Le coping désigne un mécanisme d'adaptation psychologique.



témoigner des difficultés psychopathologiques rencontrées par les sportifs de haut niveau. Les athlètes participant à l'étude ont eu un suivi médical longitudinal et ont passé des bilans psychologiques. Ils ont ainsi eu à passer un entretien diagnostique structuré et bref, via le MINI (cet outil qui explore les troubles psychiatriques a une très bonne valeur prédictive). Puis, un entretien clinique prenait en compte la spécificité de l'athlète de haut niveau et la structure à laquelle il appartient en l'occurrence l'INSEP. Au moment de la passation des bilans psychologiques, 58 % des sportifs de l'INSEP présentaient des troubles de nature psychopathologique. À la lumière de leurs observations, ils ont conclu que les troubles anxieux et l'anxiété généralisée (39 %) et les épisodes dépressifs majeurs (23 %) étaient des pathologies « dominantes ». De plus, 17 % des athlètes avaient également des conduites addictives principalement liées à l'abus d'alcool. Dans cette étude, les troubles alimentaires s'ajoutent en queue de peloton (6 %), mais sont néanmoins présents.

Les résultats de l'INSEP montrent d'abord une réalité, la présence de psychopathologies dans l'univers sportif, sinon un besoin, celui de mettre en place un suivi psychologique des sportifs de haut niveau en même temps que de faire état des rares études qui se sont penchées sur la question. Il est important de souligner, tel que le font les auteurs de la recherche, que jamais le sport n'est perçu comme étant l'auteur des dérives psychologiques d'un individu. C'est plutôt la rencontre d'une personnalité et d'un contexte (individuel et social) axé notamment sur l'hyperperformance qui peut faire naître des comportements pathologiques. Soulignons à cet égard que le sportif est régulièrement mis à risque par son contexte de compétition, d'entraînement, de transport, par ses risques de blessures, ses échecs et l'arrêt de sa carrière qui l'attend toujours précocement. « Le suivi psychologique des sportifs est d'importance pour prévenir les effets de la dépression avec la sensation d'un 'Moi' vide (...) [sans compter] que la pratique d'un sport n'est jamais sans souffrance physique et morale : entraînements, performances, contre-performances, plaisirs et douleurs (...) » (Bauche, 2003.)



### 2.1.2 Réalités épidémiologique et clinique des psychopathologies du sport

Malgré une réalité épidémiologique sommaire, mais néanmoins éloquente, le milieu sportif, et tout particulièrement l'univers cycliste, se rebiffe parfois devant le concept de psychopathologie et s'accommode mal des destins funestes de certains sportifs. Il ne faut pas pour autant préserver l'image de pureté du sport au détriment de la santé des athlètes. « Le milieu du sport de haut niveau, comme l'ont observé (...) chez des basketteurs professionnels Ogilvie et Lowry, peut lui-même tolérer les plus graves pathologies psychiatriques, sans les désigner ni les soigner » (Lincheneau, 2002). En abordant le problème des psychopathologies du sport, l'INSEP lève le voile sur certains maux de la réalité moderne. C'est ainsi en définissant tout en démystifiant le problème qu'on peut élaborer des stratégies de réduction des risques et établir des politiques de prévention et d'interventions médicopsychologiques.

En dépit de l'absence d'une réalité épidémiologique exhaustive, il existe un courant, initié par plusieurs cliniciens européens oeuvrant dans le monde sportif, qui souhaitent témoigner de la réalité du terrain. Carrier, Birouste, Bilard, Proïa, Seznec etc. sont autant de cliniciens pouvant évoquer réalistement la réalité psychologique des athlètes de haut niveau. Loin d'eux l'idée de dire que le sport engendre la maladie. Il s'agit plutôt de rappeler que le sportif de haut niveau mène une vie hors du commun et que son retour à la norme peut engendrer certaines impasses comportementales. « Dès qu'il sort du contexte sportif, il court le risque de l'anormalité. Tous les actes de sa vie sont [normalement] organisés, réglés, observés, quantifiés. Tout son être et l'organisation de sa vie tendent vers un seul but » le sport! (Lincheneau, 2002). Le passage de l'organisation séculaire à la désorganisation momentanée ou définitive (blessure, fin de carrière, etc.) peut amener des dérèglements identitaires causant des troubles comportementaux.

Dans une optique de prévention des risques, il faut encadrer le sportif pendant, mais aussi après sa pratique pour qu'il « puisse descendre du podium non sur un mode de déchéance, mais dans la dignité pour continuer à accomplir l'oeuvre de sa vie d'homme » (Bauche, 2003). Ainsi, peut-on espérer court-circuiter les difficultés psychologiques que rencontrent fréquemment les athlètes. Parmi ces difficultés, on trouve notamment les troubles addictifs qui — quoiqu'évoqués rapidement par l'étude de l'INSEP — semblent, selon certains cliniciens du milieu sportif, faire plusieurs victimes dans les hautes sphères de la performance. « Il convient (...) de prendre acte de l'émergence de quantités de nouvelles addictions qui constituent (...), aux côtés de la dépression, les maladies emblématiques de la modernité » (Valleur et Véléa, 2002). Voyons ainsi comment s'articulent les problèmes d'addiction.

### 2.1.3 Addictions et sport

Plusieurs études se sont penchées sur le concept d'addiction. « La pathologie (...) est d'abord une notion subjective, liée au sentiment intime d'aliénation vécu par le sujet, qui, à travers une dépendance, s'éprouve comme aux prises avec un processus qui le dépasse » (Valleur et Véléa, 2002). On fait alors référence aux dépendances aux drogues de performance et aux autres drogues ainsi qu'à l'addiction à la pratique sportive. Car si l'on parle traditionnellement uniquement d'addictions classiques (consommation de substances), il faut aujourd'hui souligner la présence de nouvelles addictions communément appelées addictions comportementales.

Bon nombre de cliniciens n'hésitent plus à faire un lien « entre pratiques sportives, dopage et toxicomanie » (Middleton, 2002). Si on considère que 60 % des cyclistes du Tour de France carburent au Ventolin, un bronchodilatateur permettant un meilleur usage de l'oxygène, faut-il s'inquiéter quant aux autres pratiques d'une bonne partie du peloton? Réalistes ou conservateurs, les chiffres de l'INSEP démontraient quant à

eux que sur 470 athlètes, 17 % éprouvaient des problèmes de dépendance. Pour bien comprendre ce dont il s'agit, il faut définir ce concept d'addiction appliqué au sport. De quoi s'agit-il? D'où tire-t-il son origine? Pour certains cliniciens, le surinvestissement sportif (et ce qui en découle) représente une adaptation identitaire face aux stress que génère le « culte de la performance » (Ehrenberg, 1991). Le sport, tel un remède, représente ainsi une stratégie d'adaptation bénéfique qui permet au sportif de s'épanouir dans un cadre socialement acceptable.

Le docteur Glasser a été le premier, en 1976, à évoquer le concept d'addiction « positive » pour définir une pratique sportive intense, mais néanmoins bénéfique « car les sujets en tirent des bénéfices sur le plan du bien-être physique et psychologique et se servent de l'activité physique pour lutter efficacement contre le stress journalier, l'anxiété et la dépression » (Inserm, 2008). William Glasser a défini ce concept, après avoir effectué des observations longitudinales chez des coureurs élites et récréatifs. Selon sa conception, l'activité physique devient addictive « par dépassement d'un effet seuil d'ennui, de fatigue, de lassitude » (Véléla, 2002). Faut-il ainsi différencier dépendances positives et négatives?

Déjà en 1945, le psychanalyste Otto Fenichel décrit dans sa Théorie psychanalytique des névroses le concept de toxicomanie sans drogue. On reconnaît dès lors l'addiction en dehors du seul spectre de la dépendance à une substance toxique. Le psychiatre américain Frederik Baekeland est, pour sa part, le premier à évoquer le concept de sevrage chez les sportifs. En 1970, après avoir constaté des problèmes d'insomnie chez des athlètes forcés d'interrompre leur pratique, il décide de mener une étude sur le phénomène de privation. Le concept de dépendance entre alors dans l'univers sportif. Morgan (1979) met à son tour en lumière la nécessité de certains coureurs de fond de continuer leurs activités tout en étant blessés ce qui représente pour lui une façon de contourner le malaise lié au sevrage. D'autres travaux amènent plus loin le concept de dépendance du sportif. Chan et Grossman (1988) ont ainsi voulu connaître

les conséquences de l'arrêt de la course chez des coureurs assidus. Soumis à plusieurs tests psychométriques, les coureurs, en arrêt, ont effectivement fait état de troubles psychologiques comprenant « symptômes dépressifs, anxiété, confusion, troubles de l'humeur et une perte d'estime de soi ». Les chercheurs y voient alors la confirmation de leur hypothèse selon laquelle l'arrêt forcé de l'activité physique peut engendrer des maux liés au sevrage allant jusqu'à la détresse psychique du pratiquant (Inserm, 2008).

Peut-on, dans l'excès, se permettre de parler d'addiction positive telle que l'a énoncé Glasser? Pour pallier cette contradiction, Morgan (1979) a défini le concept opposé, d'addiction négative, repris plus tard par Rozin et Stoess (1993) qui jugent que « toute addiction est négative sur le long terme » (Inserm, 2008). Ces considérations ont mis en lumière les concepts de toxicomanie sans drogue ou d'addiction comportementale. On admet aujourd'hui, la possibilité d'une dépendance à l'activité physique. « Elle se définit telle une dépendance physiologique et psychologique entraînant des symptômes de privation après 24 à 36 heures d'arrêt obligé de l'activité physique (Lincheneau, 2002). Si l'on admet la pertinence des concepts de Glasser et de Morgan, le passage de l'addiction « positive » à l'addiction « négative » reste difficile à définir lorsqu'il est question de sport de haut niveau. D'autres chercheurs (Sachs, 1981 et Pierce, 1994) ont su nuancer le passage de l'addiction « positive » à l'addiction « négative ». Dans le premier cas, l'athlète contrôle son activité alors que dans le second c'est l'activité qui contrôle le pratiquant. Pour diagnostiquer l'aliénation du sujet à sa pratique, on peut notamment se fier aux critères de dépendance définis par le DSM IV, aux critères de dépendance à l'activité physique énoncés par Veale (1991) ou encore aux critères diagnostiques élaborés par le psychiatre américain Aviel Goodman. Quoique très utilisés, ces derniers « n'ont pas de valeur officielle, la catégorie des addictions au sens large n'ayant pas (...) intégré les manuels internationaux de classifications des maladies » (Valleur et Véléa, 2002).

Il existe aussi divers instruments de mesure pour évaluer le rapport de l'athlète à l'entraînement. Cependant, comme la plupart des études faites sur le sujet ont d'abord et avant tout sondé la réalité des coureurs, bon nombre de ces outils sont conçus pour évaluer les addictions chez les adeptes de la course à pied. Les Negative Addiction Scale (Hailey et Bailey 1982) ; Obligatory Exercise Questionnaire (Pasman et Thomson, 1988); Commitment to Running Scale (Carmack et Martens, 1979) et Running Addiction Scale (Chapman et De Castro 1990) sont autant de questionnaires pour évaluer l'addiction à la course à pied. Ces outils, quoiqu'utilisés pour évaluer l'addiction dans un sport en particulier, ont démontré que la dépendance à l'activité physique existe bel et bien cliniquement. Toutefois, la plupart des études qui ont porté sur la question du sevrage lié à la pratique sportive ont été critiquées pour leur manque de rigueur méthodologique. La validité des différents outils utilisés a aussi été régulièrement critiquée. La notion de sevrage reste donc difficile à évaluer quand il est question de sport. Si l'importance du problème reste à définir de manière plus globale et objective, tout en considérant les diverses disciplines sportives, il n'en demeure pas moins que plusieurs cliniciens reconnaissent le problème. Ils ont pu l'observer et peuvent en témoigner.

Pour expliquer l'enjeu de l'addiction à l'activité physique, plusieurs hypothèses sont avancées : la libération d'endorphines, de dopamine et de cortisol qui engendrent à la fois un sentiment de bien-être et un manque (Riché, 1991 ; De Witte, 1997); l'augmentation de l'estime de soi; le développement d'une réelle compulsion par le biais de la ritualisation de l'entraînement (Carrier, 1993); l'importance aussi de l'image corporelle; le besoin urgent de remplir un vide physique, émotif et psychique « le sport, pratiqué au quotidien de manière répétitive, empêcherait la « pensée douloureuse » et l'anesthésierait comme peut le faire l'héroïne » (Véléa, 2002/3). Pastor (2007) résume plutôt cette dépendance possible des sportifs à partir de trois axes : la vision psychanalytique qui veut que devant le stress, l'angoisse et l'anxiété, le sportif se réfugie de manière excessive dans le sport; l'interprétation contextuelle



où, par le biais de l'addiction, le sportif pallie les désagréments du sport d'élite (sacrifices, douleur, blessure, stress); puis, l'interprétation cognitivo comportementale qui se traduit par la rencontre d'une personnalité, d'un état et d'un environnement favorisant l'apparition de l'addiction (Caron-Laidez, 2010). Le problème de dépendance à la pratique sportive se traduit aussi, chez certains, par une réelle « phobie de la passivité » (Carrier, 2000) qui pousse le sportif vers « une auto-excitation avec parfois prise de produits dopants ou même de drogues ». On mentionne aussi la possibilité d'une dépendance à la répétition du mouvement « la ritualisation (...) obsessionnelle des gestes peuvent prendre une dimension compulsive voire d'addiction au geste (...) un lien addictif, se manifeste souvent par la nécessité de pratiquer sans relâche son sport » (Valleur et Véléa, 2002). Pour l'élite sportive, la pratique en soi pourra aussi agir tel un stupéfiant « comme remède à la souffrance corporelle ou psychique » (Valleur et Véléa, 2002).

Le problème de dépendance à la pratique sportive demeure l'enjeu d'une minorité (Veale, 1987 ; Szabo, 2000), mais quoique cette addiction sportive soit le lot d'un faible nombre de sportifs, les chercheurs reconnaissent néanmoins l'ampleur des dégâts chez ceux et celles qui sont touchés par cette dépendance. « On peut considérer qu'elle commence par des excès, par la recherche de sensation de plaisirs et de désinhibition à travers la pratique sportive qui va aboutir à l'installation d'un besoin irrépressible et, dans certains cas, des signes de sevrage » (Valleur, Véléa, 2002). Un des facteurs aggravants du problème — admis chez les spécialistes en addictologie — c'est que la toxicomanie se conjugue régulièrement au pluriel. Les poly-addictions ou le transfert d'une dépendance à une autre est une voie fréquemment utilisée par les personnes souffrant d'addiction. Ainsi, les sportifs peuvent, lorsqu'ils sont en arrêt forcé, transformer leur addiction à la pratique sportive en dépendance toxicomaniaque (Volle, Seznec, 2006). La question se pose, « les sportifs, en raison de la prise de substances dopantes, sont-ils plus exposés que les non sportifs à une pathologie addictive ? » (Lincheneau, 2002).

Au-delà de ces considérations diverses permettant de croire à l'existence d'un lien possible entre addiction et sport, le point de vue nuancé de Décamps, Battaglia et Idier (2010) est intéressant à considérer. Selon eux, il est possible de penser qu'un rapport addictif puisse réellement se développer face à l'activité physique. Toutefois, il faut le voir tel un continuum où s'inscrit tout sportif en fonction de l'intensité de sa pratique. Ce continuum, cette perspective, permet de percevoir tout l'éventail de possibilités qui existent entre l'absence de conduite addictive et la conduite addictive pathologique. On ne navigue pas dans la normalité ou l'anormalité, mais dans un spectre plus nuancé permettant de cerner les individus susceptibles d'avoir besoin d'encadrement plus étroit sans toutefois qu'il soit question de pathologie.

En 1997, le docteur et spécialiste en addiction William Lowenstein et ses collègues avaient créé une petite commotion dans le milieu sportif en faisant état d'une enquête menée au sein du centre Montecristo (un centre spécialisé en addictologie). Sur 100 patients admis, 20 étaient d'anciens athlètes ayant eu une pratique sportive intensive (plus de deux heures par jour) pendant plusieurs années (7,5 ans). « La consommation d'héroïne avait débuté pendant l'activité sportive dans la moitié des cas, s'accompagnait d'usage avoué de produits dopants (...) pour onze d'entre eux et pour certains de la consommation d'autres stupéfiants (...) » (Middleton, 2002/3).

En 1999, le ministère de la Jeunesse et des Sports français avait commandé une enquête afin de connaître l'interaction entre activité physique et comportement addictif. Tous les sujets participants provenaient de centres, de cliniques ou d'associations venant en aide à des patients touchés par la toxicomanie ou l'alcoolisme. Sur 1111 questionnaires remplis, les résultats indiquaient que 86 % des sujets à l'étude avaient eu une pratique sportive dont 10,5 % à un niveau de compétition nationale ou internationale (Inserm, 2008). Les résultats de l'enquête sont intéressants. Chez les adeptes d'une pratique sportive dite intensive, 36 % avaient fait

usage de drogues illicites et 16,4 % de produits dopants. À noter que 28,4 % de ceux-ci avaient été dépendants pendant leur pratique sportive, 15,2 % avant celle-ci et la grande majorité soit 56,4 % l'avaient été à l'arrêt de leur pratique sportive (Lowenstein et coll., 2000). On pouvait aussi conclure que les sujets sportifs étaient plus vulnérables lorsqu'ils étaient forcés à stopper leur pratique. Les sports où les athlètes sont le plus à risque seraient les sports d'endurance (Pastor, 2007).

À la lumière des résultats obtenus, le ministère de la Jeunesse et des Sports français a, par la suite, commandé une autre étude de même nature portant cette fois sur l'interaction entre activité sportive et comportement à risque chez les adolescents. L'enquête, menée par Marie Choquet, a montré que les adolescents pratiquant plus de 8 heures de sport par semaine avaient davantage de comportements à risque que ceux ayant une pratique sportive modérée. La consommation de substances illicites et de médicaments ainsi que les comportements violents étaient plus fréquents chez les sportifs intensifs (plus de 8 heures/semaine) que chez les sportifs qui avaient une pratique modérée. On notait plus spécifiquement que la consommation de cocaïne était deux fois plus élevée chez les sportifs que chez les non sportifs et que l'usage de produits dopants croissait en fonction de la fréquence de la pratique sportive. Aussi, on observait de façon évidente que les sportifs en arrêt étaient particulièrement susceptibles de consommer des médicaments ou encore des substances illicites. La perte de repères des sportifs intensifs, forcés à s'arrêter, semble être un facteur fragilisant important. Aussi, l'étude de Choquet et Arvers (2003) montrait que les non-sportifs et les sportifs intensifs avaient une plus grande dépendance à l'alcool que les sujets faisant une activité physique de type modéré. D'autres (Nattiv et coll., 1997) ont également voulu évaluer l'interaction entre pratique sportive et prise de risques. Une enquête menée auprès de 2 298 étudiants sportifs et 683 élèves non sportifs (Nattiv et coll., 1997) a ainsi démontré que les sujets sportifs adoptaient plus de comportements risqués (rapports sexuels à risque, conduite sans casque ou sans



ceinture de sécurité, implication dans des rapports violents, etc.). Il est possible de croire que ceux-ci puissent être prédictifs de prises de risques de diverses natures.

À défaut d'une preuve irréfutable d'un lien causal entre activité physique intensive et consommation ou conduite à risque chez l'humain, des chercheurs ont tenté de valider cette conception par l'étude du phénomène chez l'animal. Larson et Carrol (2005) établissent un lien chez le rat de laboratoire entre intensité à la course et consommation de cocaïne; l'étude de Pichard et coll. (2007) démontre que chez les souris, une activité intense induit une surconsommation d'alcool alors qu'une activité modérée diminue l'appétence pour l'alcool; et l'étude de Ferreira et coll. (2008) montre un lien entre activité physique intense (course sur roue) et relation addictive à la morphine (Inserm, 2008).

## 2.2 Personnalité des sportifs

À défaut d'outils de mesure valides, applicables à divers sports et aptes à cerner les risques d'addiction sans compromis méthodologiques, on peut tenter de définir la personnalité des sportifs pour savoir si ceux-ci sont à même de développer des vulnérabilités comportementales, addictions ou autres. Il est d'ailleurs « courant d'affirmer qu'il existe un lien entre la personnalité du sportif et son choix de pratique sportive, ou que sa réussite dans une discipline est facilitée par les caractéristiques de sa personnalité » (Lincheneau, 2002). Là encore, les recherches ne sont pas sans failles méthodologiques et cette approche connaît des réfractaires, mais il y a néanmoins « un courant important (...) représenté par Thill (mais aussi par Fernandez, Thomas, Missoum, Famose, etc.) [qui] a beaucoup apporté (...) dans la recherche sur la personnalité des sportifs (...) et l'influence réciproque des sports et de la personnalité » (Lincheneau, 2002). Quelques études ont été accomplies dans cette perspective auprès des athlètes.

En 1979, Hagberg a mené une étude pour déterminer le profil physiologique et psychologique de cyclistes américains de niveau national. Il souhaitait ainsi déterminer si les cyclistes étaient de type introverti et s'ils avaient un POMS (Profile of Mood State) similaire aux athlètes élités d'autres disciplines. Neuf cyclistes américains ont ainsi répondu au questionnaire de personnalité nommé EPI (Eysenck Personality Inventory) et ont aussi eu à remplir le POMS. Un questionnaire quant aux méthodes d'entraînement utilisées a aussi été rempli par les neuf sujets concernés. Les scores des cyclistes (selon le modèle de Eysenck) montraient qu'ils étaient dans la norme en ce qui a trait au névrosisme (stabilité/instabilité émotionnelle), mais qu'ils étaient plus introvertis que la moyenne; à la lumière des résultats observés grâce au POMS, on notait que les cyclistes avaient des résultats plus bas que la moyenne en ce qui concerne la tension, la dépression, la colère et la confusion. Leurs scores étaient plus élevés en matière de vigueur et dans la norme en matière de fatigue.

Une autre étude datant de 1985 a porté sur l'évaluation psychologique, nutritionnelle et physique de six membres de l'équipe olympique de cyclisme sur route irlandaise. En dehors de l'examen médical et de l'évaluation nutritionnelle qu'ils devaient subir, les cyclistes se devaient aussi de remplir plusieurs questionnaires de nature psychologique : le questionnaire de personnalité Cattell 16PF (qui mesure 16 dimensions de la personnalité); l'EPI qui dans cette version mesurait deux dimensions de la personnalité : le névrosisme et l'extraversion; l'échelle comportementale de Bortner; un questionnaire de santé générale (GHQ, Goldberg, 1978); le STAI (state-trait anxiety inventory) et le POMS (Profile of Mood State). On rapportait des traits d'autosuffisance, de force et d'esprit pratique. Les scores des cyclistes étaient aussi plus élevés que la moyenne en matière de névrosisme et d'extraversion. Plus récemment, Backmand et coll. a effectué une recherche descriptive sur 1040 anciens sportifs à qui on a fait passer un test de personnalité. Ces ex-athlètes ont été comparés à des sujets non sportifs. L'étude montrait des différences sur certaines dimensions de la personnalité en fonction des sports pratiqués. Par exemple, on pouvait constater un

niveau d'extraversion élevé chez les athlètes pratiquant des sports de combat et un niveau de névrosisme bas chez les sportifs pratiquant des sports d'endurance. Augestad a, pour sa part, mené une recherche évaluant 591 étudiantes (athlètes et non-athlètes) pour observer la relation entre « facteurs de personnalité, trouble de l'alimentation, type d'activité physique, niveau de compétition, et temps hebdomadaire consacré au sport. » (Lincheneau, 2002).

L'évaluation de la personnalité est un concept qui a été abordé sous plusieurs angles dans le milieu sportif. L'objectif avoué des recherches visait surtout l'optimisation des performances. Ces travaux en psychologie sportive ont aussi cherché à savoir s'il existe une personnalité propre aux athlètes et s'il existe des personnalités liées aux diverses disciplines sportives. À la lumière des travaux accomplis en la matière, il est possible d'avancer : 1) que certaines personnalités prédisposent à la pratique athlétique 2) que le milieu sportif façonne également la personnalité des sportifs qui y sont engagés 3) qu'il est impossible de définir LA personnalité du champion. Des chercheurs français : Thill et Missoum notamment, ont ainsi travaillé pour tenter d'établir de justes méthodes d'évaluation de la personnalité des athlètes. Ainsi sont nés : le questionnaire de Personnalité pour Sportifs (QPS) et le Test Projectif pour Sportifs (TPS). Ne faisant preuve que de peu ou pas de validation, ceux-ci ont conséquemment essuyé de lourdes critiques. En rétrospective, on constate en somme que les recherches liées à la personnalité des sportifs ont la plupart du temps cherché à cerner des facteurs tels que : la motivation, la confiance en soi, le perfectionnisme, l'estime de soi des athlètes. Ces recherches ne peuvent et ne doivent prétendre être à même de déceler LE champion sportif. Mais il faut reconnaître la pertinence d'un travail en ce sens. Il pourrait permettre de repérer les vulnérabilités des sportifs qui ne seraient pas bien adaptés à la pression découlant de leur pratique.

### 2.2.1 Personnalité des cyclistes

Il semble admis que « prise de risque (...) traits de personnalité proches de la recherche de sensation (...) sont des indices qui nous orientent un peu plus vers la vulnérabilité aux comportements addictifs (...) » (Lincheneau, 2002). Le psychiatre, Jean-Christophe Seznec, s'est attardé à ces considérations et tout particulièrement à la personnalité des cyclistes sur route. En 2003, il a mené une étude portant sur l'Évaluation dimensionnelle de la personnalité des membres de l'équipe de France junior de vélo sur route. Par le biais de cette étude, le docteur Seznec entrevoyait la possibilité de « développer des techniques de préparation mentale spécifiques et repérer des prédispositions aux addictions et au dopage, et ainsi développer une politique de prévention » (Seznec, 2003). C'est dans cette optique qu'il a fait passer un test de personnalité, le TCI (Temparemant and Character Inventory) à 18 cyclistes de l'équipe de France junior de vélo sur route âgés de 17 à 18 ans. Le but de l'exercice : définir la personnalité de ces derniers et « valider l'intérêt de cet instrument comme test terrain » (Seznec, 2003). Les résultats obtenus par les cyclistes ont été comparés à un groupe de contrôle de 26 sujets issus de la population générale et appartenant à la même tranche d'âge.

Le TCI, basé sur le modèle biosocial de la personnalité de Cloninger, permet d'évaluer le caractère des individus selon 3 dimensions (détermination, coopération et transcendance) et le tempérament des individus selon 4 dimensions (recherche de nouveautés, évitement du danger, dépendance à la récompense et persistance). Les sujets de l'étude ont eu à remplir la version française validée du TCI en format informatique. Les résultats de l'étude de Jean-Christophe Seznec montrent que les cyclistes accusent une différence significative, par rapport au groupe témoin, en ce qui a trait à la dépendance à la récompense ainsi qu'aux sous-dimensions comprises dans cette dernière soit les dimensions : « attachement affectif » et « besoin de soutien ».

Le profil le plus représenté selon la typologie décrite par Cloninger est le type « passionné ». Aucune différence significative n'était observable dans les autres dimensions de la personnalité. Jean-Christophe Seznec a ainsi voulu poser les bases d'un travail permettant de monitorer l'état psychologique des athlètes et leur adaptation face au contexte sportif. L'usage du TCI s'est imposé à lui puisque c'est un outil qui a souvent été utilisé pour définir le modèle de personnalité chez des sujets touchés par des problèmes d'ordre addictif (toxicomanes, fumeurs, victimes de troubles alimentaires, etc.).

À la lumière des résultats obtenus, le chercheur a conclu que le « TCI semble un outil utile au niveau individuel afin d'évaluer le fonctionnement de la personnalité et son mode d'adaptation à l'environnement ». Et compte tenu du fait que le TCI a souvent été utilisé pour évaluer des populations victimes d'addictions, on peut présumer de sa pertinence pour cibler des sportifs susceptibles de sombrer dans le dopage. Suite à cette étude, Seznec a beaucoup écrit sur les problèmes potentiels d'addiction chez les sportifs. Son désir, comprendre comment les athlètes s'adaptent à ce qu'il appelle « les maladies » du sport. Par maladie, il englobe les problèmes de dopage et de surconsommation de produits multiples trop souvent par voie injectable. Seznec s'en prend ainsi au « culte de la potion magique » et souhaite — à défaut de redéfinir le milieu sportif — donner un encadrement adéquat et conséquent aux athlètes pour qu'ils puissent continuer à vivre de leur passion tout en gardant leur santé.

Dans un système où la réussite est un impondérable, les athlètes sont, selon Seznec, à même de devenir « accro à la gagne » et susceptibles de développer un plaisir « masochiste » lié à l'effort et aux sacrifices. Aussi « la souffrance du corps, marqueur du travail accompli, de la progression physique, mais aussi du degré d'engagement de l'athlète dans son entraînement » semble devenir pour certains sportifs, un gage de victoire (Guerreschi, 2003). Le sport prend alors les allures d'une



drogue dure. Et à force de tenter la mort par une pratique excessive, l'athlète finit par préparer sa réelle descente en enfer.

L'encadrement des sportifs s'avère parfois inadéquat sinon insuffisant. L'étude du profil de personnalité des athlètes peut servir à développer des techniques d'intervention adaptées aux enjeux du sport de haut niveau. Elle peut permettre de cerner des prédispositions aux addictions ou au dopage chez l'élite cycliste. Dans cette optique, il est utile de comprendre comment se définit la personnalité et quelles sont les méthodes qui existent pour mesurer cette dernière.

### 2.2.2 Concept de personnalité

La personnalité est définie par Cottraux (2006) en ces termes : « Intégration stable et individualisée d'un ensemble de comportements, d'émotions, et de cognitions. Elle correspond aux modes de réactions émotives, cognitives et comportementales à l'environnement qui caractérise chaque individu ». Tel que défini par Reid et Fontaine, il s'agit de « la totalité des tendances qui vont déterminer le comportement d'un individu ou encore l'ensemble des traits, des attitudes et des habitudes qui caractérisent un individu ». Le concept de personnalité se définit de plusieurs façons en psychologie. Les approches de la personnalité sont nombreuses et l'évaluation de cette dimension peut se faire selon plusieurs méthodes et mesures. La conception la plus commune en psychologie du sport et de la santé est sans conteste l'approche différentielle qui se traduit par une distinction des concepts de types et de traits de personnalité.



### 2.2.3 Approche typologique

Selon cette dernière, il est possible de classer les individus en « types » ou en « catégories ». Cette façon d'appréhender la personnalité ne date pas d'hier. Déjà, près de 400 ans av. J.-C, Hippocrate suggérait de définir les personnes selon une typologie axée sur : « le sang, le flegme, la bile blanche ou la bile noire » (Benedetto) donnant lieu à l'élaboration d'un classement des individus selon les tempéraments suivants : « le colérique, le mélancolique, le flegmatique et le sanguin » (Décamps, Quintard, 2011). Cette approche catégorielle de la personnalité s'est développée à travers les siècles pour donner lieu à l'élaboration de typologies beaucoup plus affinées qui ont néanmoins fait l'objet de plusieurs critiques compte tenu de leur caractère réducteur et simpliste. À cette approche tranchée de la personnalité, sous-entendant la présence ou l'absence de qualités spécifiques, plusieurs ont préféré l'approche dimensionnelle qui définit les individus selon des traits de personnalité se retrouvant chez tout un chacun à des intensités variables.

### 2.2.4 Approche dimensionnelle

Les traits de personnalité sont stables et nombreux. Et tous les individus en possèdent plusieurs à divers degrés. Chaque trait s'inscrit ainsi dans un continuum entre deux pôles. L'approche dimensionnelle permet de définir et de comparer les traits ou caractéristiques des individus, les uns par rapport aux autres. Cette approche a un avantage que l'approche typologique n'a pas, c'est qu'elle est non exclusive. Les modèles dimensionnels élaborés pour baliser la personnalité sont nombreux et présentent des avantages et des inconvénients. Le modèle de Cattell a posé les bases de l'évaluation dimensionnelle de la personnalité. Il est fondé sur 16 facteurs de personnalité et repose sur un questionnaire d'auto-évaluation « 16PF ». Intéressant, le

modèle demeure difficile à analyser. C'est un questionnaire qui a néanmoins été très utilisé auprès de diverses cultures, populations cliniques et « normales ».

Un autre outil élaboré par Eysenck, le Eysenck Personality Inventory (EPI) est beaucoup plus facile d'usage et rapide à administrer. Il n'évalue que deux dimensions de la personnalité : l'extraversion (propension à être ouvert aux contacts sociaux) et le névrosisme (tendance à vivre de l'instabilité émotionnelle). Ce dernier a été bonifié pour devenir le Eysenck Personality Questionnaire-R (EPQ-R) qui évalue une troisième dimension : le psychotisme (tendance à l'agressivité et à la manipulation). Il a été utilisé par Newcombe et Boyle (1994) auprès d'une population sportive. Ces derniers ont comparé les traits de personnalité d'étudiants sportifs du lycée en considérant divers facteurs : niveau de compétition, sexe, discipline sportive et victoires remportées. Conclusion : les athlètes pratiquant des sports de compétition étaient moins anxieux, névrotiques, dépressifs, confus que ceux qui ne participaient pas à des compétitions et ils étaient aussi plus extravertis. Le EPQ-R est facile à lire et à administrer et a l'avantage de comprendre une échelle de mensonge capable de cibler les sujets qui auraient tendance à répondre selon le principe de désirabilité sociale.

Le modèle dimensionnel de la personnalité le plus utilisé à l'heure actuelle en psychologie est sans conteste le NEO-PI-R pour Neuroticism Extraversion Openness — Personality Inventory basé sur la théorie des « Big Five ». Cet inventaire de personnalité a été construit par Costa et McCrae. Il met en lumière cinq dimensions de la personnalité : l'ouverture, la conscience, l'agréabilité, l'extraversion et le névrosisme. Les qualités psychométriques du NEO-PI-R et les facteurs de personnalité qu'il évalue, en fait, selon plusieurs, le questionnaire de personnalité le plus complet. Ce questionnaire comprend 240 items classés en 30 catégories couvrant cinq domaines. Dans le milieu sportif, on utilise le NEO-FFI, une version écourtée comprenant 60 items. Les recherches qui ont utilisé cet outil dans un cadre lié à l'activité physique ont indiqué que les personnes sportives et actives obtenaient des

scores plus bas au chapitre du névrosisme, et des scores plus hauts au chapitre de l'extraversion et de la conscience.

### 2.2.5 Autres approches

On peut aussi appréhender la personnalité par le biais de l'approche psychanalytique fondée sur la théorie freudienne. La personnalité d'un individu se lit et s'exprime ainsi sous l'angle d'une gestion psychique entre les pulsions et la raison, entre le conscient et l'inconscient. L'individu naviguant essentiellement entre son Ça (siège des pulsions), son Surmoi (siège de la moralité) et son Moi (pont entre les deux pôles). La personnalité peut aussi être lue sous la lorgnette de l'approche sociocognitive : la personnalité d'un individu correspond alors à la somme des dispositions internes et des apprentissages. Et finalement, mentionnons également l'approche psychobiologique selon laquelle, il existe un pont entre comportements, facteurs biologiques, physiologiques ou pharmacologiques. Le modèle le plus connu en psychologie du sport est celui de Zuckerman qui stipule que chaque individu a un niveau d'activation optimal en dehors duquel ses performances se détériorent. Le modèle de Zuckerman s'articule autour de divers concepts : recherche de danger, désinhibition, susceptibilité à l'ennui et recherche d'expériences ou de nouveautés.

### 2.2.6 Méthodes d'évaluation de la personnalité

Les approches, nombreuses, donnent lieu à de multiples méthodes de mesure de la personnalité. On distingue essentiellement trois façons de mesurer la personnalité : 1) les échelles d'évaluation. Elles reposent le plus souvent sur le travail d'un observateur qui s'attelle à définir la personnalité d'individus en se positionnant par rapport à une liste d'adjectifs. 2) Les tests projectifs tel celui du Rorschach (1921) basé sur des

tâches abstraites qui ne permettent pas au sujet d'entrevoir une bonne ou une mauvaise réponse. Ces tests, pour lesquels les sujets doivent construire leur propre histoire en fonction de ce qu'ils perçoivent, sont souvent utilisés dans le domaine clinique et plus rarement dans celui du sport. Enfin, la troisième méthode, sans doute la plus utilisée, concerne les questionnaires et inventaires de personnalité. On parle alors de questionnaires autoadministrés avec questions ou affirmations par rapport auxquels les sujets se positionnent. Les exemples sont nombreux : l'EPQ (1964), le 16PF (1949), le NEO-PI (1985), le TCI (1993), etc. Les questionnaires et inventaires de personnalité sont fréquemment utilisés pour mesurer et définir la personnalité. Ils permettent à la fois de faire une évaluation typologique ou dimensionnelle de la personnalité. Par contre, cette méthode sous-entend un processus d'introspection et peut se buter aux limites liées au phénomène de désirabilité sociale.

Les questionnaires de personnalité les plus utilisés dans l'univers sportif sont : l'Eysenck Personality Inventory (EPI) et le Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI, 1942). Ce dernier est privilégié pour évaluer les psychopathologies, les troubles de la personnalité et de l'humeur. Quoique ce questionnaire permette de poser certains diagnostics, de même que de définir un encadrement conséquent adéquat, il connaît aussi des limites non négligeables, notamment : un long temps de passation, des échelles de mesure faisant preuve d'un certain manque d'uniformité, ainsi que la nécessité des sujets participants d'avoir, pour le passer, un QI supérieur à 90. Malgré ses failles, ce questionnaire demeure très utilisé. Les premiers usages du MMPI ont eu lieu dans le milieu du sport. Divers chercheurs ont ainsi tenté de comparer les sportifs à des sujets qui ne l'étaient pas, pour voir s'ils se dégageaient des profils différents (Booth, 1958; Delk, 1973; Geron et coll., 1986).

D'autres échelles de mesure sont utilisées essentiellement dans le milieu sportif. Celles-ci sont aussi nombreuses que diversifiées et évaluent souvent un angle bien

particulier des athlètes. On pense par exemple : à l'Athletic Identity Measurement Scale (AIMS) destiné à mesurer le degré d'identification de l'athlète à sa pratique sportive; le Questionnaire de Personnalité pour Sportifs (QPS); il vise à évaluer des dimensions de la personnalité sollicitées en contexte de compétition tel le désir de réussite et le niveau de contrôle par exemple; le Social Motivational Orientations in Sport Scale (SMOSS) ; il mesure les motivations socio-environnementales qui poussent les adolescents à adopter un sport, etc.

Il existe aussi un test, le Questionnaire de Mesure de l'Intensité des Conduites Addictives (QMICA) version sport (Décamps et coll. 2010). Ce questionnaire peut être utilisé auprès de populations générales et auprès de populations sportives. Il vise à définir l'investissement des sujets dans leur pratique sportive et à déceler le caractère potentiellement addictif de ceux-ci. Il comprend quatorze items autoévalués mesurables sur une échelle de Lickert en sept points. Il permet de mesurer l'intensité de la conduite addictive. La conduite apparaît ainsi faible, modérée, ou intense. À haut niveau, le sujet est considéré avoir une conduite addictive pathologique. Ce test a toutefois été critiqué. Appliqué aux sportifs de haut niveau, on se retrouve avec des scores élevés parce que leur régime d'entraînement est intense. Le questionnaire peut manquer de sensibilité pour faire la différence entre le pratiquant ayant un rapport addictif à son sport du pratiquant n'ayant qu'un volume élevé d'entraînement. Il faut plutôt se référer à la version révisée de l'Exercice Dependence Scale (EDS-R) pour obtenir des résultats plus adaptés à la réalité de l'élite sportive.

Utilisé pour mesurer la personnalité des cyclistes, dans l'étude de Jean-Christophe Seznec citée plus haut, le TCI est un outil intéressant quoiqu'il n'ait pas spécialement été développé pour une clientèle sportive. Comme il s'agit de l'outil qui fera l'objet de la présente étude, nous allons nous attarder à ce dernier. Le TCI est un questionnaire qui a été développé par le docteur Robert Cloninger de l'Université de Washington. Ce test est composé de 226 items à choix forcés (vrai ou faux). Il est



utilisé pour évaluer sept dimensions de la personnalité telles que définies par le modèle psychobiologique de la personnalité de Cloninger (1987). Le questionnaire permet ainsi d'évaluer quatre dimensions correspondant au tempérament (bases biologiques de la personnalité) : la recherche de nouveauté, l'évitement du danger, la dépendance à la récompense, la persistance; et trois dimensions correspondant au caractère (facettes acquises de la personnalité) : la détermination, la coopération et la transcendance. Il est utilisé auprès de populations cliniques et générales.

Dans les années 1980, Robert Cloninger élabore un modèle psychobiologique de la personnalité qui est une synthèse des travaux faits jusqu'alors en lien avec les concepts de tempérament et de caractère. L'intérêt de ce modèle est qu'il vise à dresser le profil de personnalité d'individus tant d'un point de vue clinique, génétique, neurologique que biologique. En conceptualisant le TCI, Cloninger met donc sur pied un outil clinique et de recherche, standardisé, facile d'utilisation, capable de définir l'essence de la personnalité en fonction des diverses dimensions élaborées dans son modèle. Le TCI correspond à une version étoffée du TPQ (Tridimensional Personality Questionnaire) un questionnaire binaire de 100 items qui comportait déjà l'évaluation des dimensions suivantes : recherche de nouveauté, évitement du danger et dépendance à la récompense. Cette échelle dimensionnelle de la personnalité qui précède le TCI occupe une place singulière dans la littérature puisqu'elle insuffle une nouvelle façon d'appréhender la personnalité dans une perspective proprement biologique. Lors de son élaboration, chaque dimension est perçue tel le fruit de l'activité d'un neurotransmetteur : recherche de nouveauté (dopamine), évitement du danger (sérotonine), dépendance à la récompense (noradrénaline). On admet aujourd'hui, sans pour autant s'y restreindre, une influence partielle des neurotransmetteurs dans la définition du tempérament.

Cloninger a sondé les facteurs biologiques et génétiques de la personnalité pour développer un modèle du tempérament qui serait fiable et stable. Le fait de sonder les



aspects héréditaires du tempérament était aussi une façon de mieux lire ou définir la personnalité des patients susceptibles d'être vulnérables aux troubles de dépression ou encore aux problèmes d'addiction. Pour Cloninger, il s'agissait donc de dépasser l'approche proprement « phénotypique » tel que le proposent les modèles classiques d'Eysenck et du « Big Five » pour proposer un modèle du tempérament plus complet pouvant notamment répondre à des hypothèses étiopathogéniques. C'est ainsi qu'en 1987, Cloninger a conceptualisé son modèle du tempérament comportant d'abord trois (TPQ) puis quatre facteurs tempéramentaux liés à l'activité des neurotransmetteurs. À la recherche de nouveauté (dopamine), à l'évitement du danger (sérotonine), et à la dépendance à la récompense (noradrénaline) s'est rajoutée la persistance. Cette première structure permettait de dresser des profils de personnalité sans pour autant les rendre prédictifs d'éventuelles pathologies. Pour compléter son modèle dimensionnel de la personnalité, Cloninger a par la suite (1993) ajouté trois dimensions épigénétiques correspondant à la notion de caractère. La particularité de celles-ci, c'est qu'elles évoluent dans le temps et en fonction de l'environnement des individus. Ce sont les facteurs : de détermination (changement/évolution individuelle); de coopération (changement/évolution sociale); et de transcendance (changement/évolution spirituelle).

L'analyse des résultats du TCI se fait par le biais d'une grille d'analyse donnant sept résultats majeurs en lien avec les quatre facteurs tempéramentaux et les trois dimensions du caractère. À cela s'ajoutent 25 résultats supplémentaires correspondant à des sous-dimensions qui apportent un regard nuancé sur le profil de personnalité des sujets. Il s'agit donc d'observer le total des scores pour chaque dimension ainsi que le total pondéré de celles-ci en fonction du nombre de sous-dimensions par item. En comptabilisant ces dimensions et sous-dimensions de tempérament et de caractère, le TCI permet de définir des profils de personnalité, cibler des fragilités comportementales et dégager la capacité d'adaptation des sujets concernés.

Les qualités psychométriques du TCI et initialement du TPQ ont été démontrées par plusieurs études de validation faites auprès de populations « normales » et cliniques (Pélissolo, 1996). De celles-ci découlent quelques observations. De façon générale, les divers facteurs de l'inventaire semblent consistants et stables à l'exception des sous-dimensions liées au concept de dépendance à la récompense que l'on considère plus variables (Pélissolo A., et Lépine JP, 1997). La stabilité des scores liés aux diverses dimensions est appréciable, mais on note toutefois que la dimension évitement du danger est sensible aux problèmes anxieux et dépressifs chez les populations cliniques (Pélissolo A., et Lépine JP, 1997). La stabilité temporelle des réponses est aussi concluante et a été vérifiée auprès de populations générale et clinique à maintes reprises (Cloninger et coll., 1991-1994; Svrakic et coll., 1991; Takeuchi et coll., 1993; Heath et coll., 1994; Brown et coll., 1992). Le TCI a été comparé à d'autres tests dimensionnels. On y voit des différences, similitudes et avantages. On retrouve une similitude entre les concepts d'évitement du danger du TCI et le « trait névrotique » de l'Eysenck et du « Big Five » (Cloninger et coll. 1994); entre le concept de recherche de nouveauté du TCI et l'échelle de sensation de Zuckerman (Earleywine et coll., 1992; McCourt et coll., 1993); on note également que des scores faibles au niveau des concepts de détermination et de coopération sont prédictifs de troubles de personnalité plus que ne peuvent l'être les informations fournies à ce chapitre par les facteurs du « Big Five » (Svrakic et coll., 1993). La validité et la stabilité de l'inventaire de personnalité de Cloninger ont été vérifiées et évaluées à plus d'une reprise et sa version originale anglaise a fait l'objet de plusieurs traductions dans divers pays : Japon, Russie, Italie, Allemagne, France, etc.

Pélissolo et Lépine (1996) ont effectué et validé la traduction française du TCI. Ils ont évalué la structure factorielle du questionnaire (auprès d'une population clinique) ainsi que la stabilité des scores du TCI par test-retest auprès de populations : clinique et générale. Au niveau factoriel, les résultats moyens obtenus par leur étude pour les

diverses dimensions du questionnaire sont proches de ceux de référence (Svrakic et coll., 1993; Cloninger et coll., 1994). Les moyennes des différentes dimensions sont, pour la plupart, quelque peu inférieures avec des écarts qui sont toujours inférieurs à 0,7 (DS) sauf pour le concept de recherche de nouveauté dont la moyenne est supérieure aux études de référence. Les différences entre les moyennes de références et celles obtenues par Pélissolo et Lépine sont toutefois plutôt minces et peuvent sans doute s'expliquer par une multitude de facteurs comprenant des divergences socioculturelles et psychopathologiques. Pélissolo et Lépine (1996) ont aussi observé la stabilité des résultats du TCI en population clinique et non clinique. En population non clinique, les chercheurs ont proposé deux passations du TCI à 36 jours d'intervalle. Les moyennes des scores principaux ainsi que les coefficients de corrélation intraclasse démontrent des concordances concluantes avec des CIC supérieurs à 0,80. En ce qui a trait aux sous-dimensions, les coefficients sont légèrement plus faibles, mais toujours supérieurs à 0,70. La stabilité test-retest en population générale est donc concluante. En population clinique, la stabilité qui a été évaluée auprès d'une population plus restreinte soumise deux fois à la passation du TCI à 107 jours d'intervalles, montre des résultats satisfaisants. Les corrélations entre les deux passations montrent des coefficients supérieurs à 0,87 sauf pour les facteurs de dépendance à la récompense et de persistance (Pélissolo et Lépine, 1996). De façon globale, le TCI français répond aux critères de validité et de stabilité.

Le Temperament and Character Inventory a souvent été utilisé en situations cliniques et de recherches, particulièrement dans la sphère des troubles addictifs. Les problèmes d'alcoolisme ont notamment été étudiés via le TCI. Cet inventaire de personnalité a aussi servi à analyser les troubles de comportement alimentaires, dépressifs et anxieux.

Le modèle neurobiologique de Cloninger est aussi intéressant puisqu'il a une valeur prédictive quant aux troubles potentiels de personnalité. La valeur psychométrique et

métrologique du TCI est concluante dans sa version originale anglaise ainsi que dans sa version traduite par Péliissolo (1996). Sa facilité d'utilisation et d'évaluation ainsi que le temps de passation du TCI (30 à 40 minutes) en font un instrument intéressant pour les cliniciens et les chercheurs. Ce n'est pas un outil qui a été conçu pour s'adresser à une clientèle sportive, par contre, compte tenu de sa valeur prédictive et de sa facilité d'utilisation, il pourrait devenir un outil clé pour sonder le profil de personnalité des sportifs, déceler des troubles de types dépressifs, anxieux ou addictifs et permettre la mise sur pied d'un encadrement et d'un suivi adéquat des athlètes. Le TCI est un outil facile d'usage qui pourrait être utilisé par les intervenants sportifs telle une voie de prévention pour éviter l'émergence de comportements à risque chez les sportifs d'élite.

Il est pertinent d'utiliser le TCI dans le contexte qui suit, d'abord parce qu'il s'agit d'un outil de mesure de la personnalité qui trouve sa pertinence tant auprès de populations générales qu'auprès de populations cliniques et parce qu'il a été utilisé pour cerner des problèmes d'addiction, un enjeu qui est présent dans la réalité du sport de haut niveau. Le TCI est d'autant plus intéressant qu'il est fondé sur un modèle qui tient compte des diverses dimensions du comportement dans un cadre qui dépasse l'observation typologique de la personnalité. Le modèle de Cloninger appréhende la personnalité d'un point de vue biologique, génétique et neurologique. Son modèle a d'ailleurs fait l'objet d'études étendues sur des jumeaux qui ont confirmé les hypothèses de Cloninger quant au caractère héréditaire de certaines facettes du tempérament. Des recherches ont confirmé une relation entre la dimension « recherche de nouveauté » et système dopaminergique (Ebstein et coll., 1996) ou entre la dimension « évitement du danger » et système sérotonique (Lesch et coll., 1996).



## 2.3 L'univers du cyclisme

### 2.3.1 Le cyclisme en France et en Europe

Le cyclisme a des racines profondément ancrées dans la culture européenne. L'ancêtre du vélo, la draisienne, est d'ailleurs né en 1816 dans la tête du baron allemand Karl Drais von Sauerbronn. Vers les années 1850, le vélo s'est développé progressivement. C'est en 1868, près de Paris, qu'a eu lieu la première course de vélo. Un an plus tard, en novembre 1869, s'est tenue la première course longue distance comptant 123 km entre Paris-Rouen. Cette course a posé les bases d'une série d'épreuves de longue distance entre de grandes villes européennes. Grâce à cet engouement, les premiers clubs cyclistes se sont formés en France à Paris, Toulouse et Rouen. En 1881, on a assisté à la création de l'Union vélocipédique de France (UVF) qui a ensuite été remplacée, en 1945, par l'actuelle Fédération Française de Cyclisme. Au début du 20<sup>e</sup> siècle, le vélo a engendré plusieurs adeptes. C'est ainsi que les fédérations : belge, française, italienne, suisse et même américaine, ont décidé de fusionner en 1900 pour créer l'Union Cycliste Internationale (UCI). On a vu naître, trois ans plus tard, l'incontournable Tour de France (TDF).

Développé en Europe et principalement en France, le vélo s'inscrit dans la tradition des vieux pays. Les principales vedettes du cyclisme portent les noms de : Eddy Merckx, Fausto Coppi, Jacques Anquetil, Alfredo Binda, Bernard Hinault, Miguel Indurín, etc. Ils sont Belges, Italiens, Français, Espagnols, etc. Dans ce cadre, le cyclisme s'inscrit, avant tout, dans une tradition purement européenne. Les Américains ont tout de même su tirer leur épingle du jeu. Pensons à Lance Armstrong et à Greg LeMond notamment. Au Canada par contre, outre le Canadien Steve Bauer, peu de cyclistes se sont illustrés dans cette discipline aux accents européens. La réalité tend aujourd'hui à changer. Le Canada compte une Équipe Continentale Pro (Spidertech powered by C-10) et une Équipe Continentale (Ékoi-Gaspésien), toutes deux labélisées UCI. Le pays voit aussi émerger un nombre croissant de cyclistes

amateurs de niveau national. Au Canada, il y a, selon des données de l'UCI, environ 10 240 licenciés de fédérations cyclistes canadiennes contre près de 84 000 en France, 71 400 en Italie, 51 450 en Espagne et 58 000 aux États-Unis.

Malgré la volonté de l'UCI de veiller à la mondialisation du cyclisme, cette discipline sportive demeure, pour le moment, avant tout européenne. Chez les quarante équipes professionnelles UCI, la très grande majorité provient des vieux continents. S'agit d'observer les résultats des championnats du monde pour s'apercevoir qu'à travers les siècles, l'Europe a « dominé » le monde en matière de cyclisme professionnel. L'Américain Greg LeMond et l'Australien Cadel Evans représentent une minorité qui modifie la tendance lourde. L'événement cycliste et médiatique par excellence, le Tour de France cimente la tradition. Mais l'événement déplace aujourd'hui des foules de partout : « En 2008, quelque 15 millions de spectateurs 'de 60 pays' ont acclamé les coureurs sur le parcours du Tour de France (...) 6 millions de visiteurs uniques ont consulté le site Internet de l'événement en 2008 » (source : [www.uci.ch](http://www.uci.ch)). Encore bien ancré dans la culture européenne, le cyclisme tend à se développer un peu plus sur les autres continents. C'est pour assurer le rayonnement du cyclisme à travers le monde que l'UCI a créé cinq circuits continentaux : L'UCI Europe Tour, l'UCI Africa Tour, l'UCI America Tour, l'UCI Asia Tour et l'UCI Oceania Tour. Ces circuits s'adressent avant tout aux équipes Continentale et Continentale Pro et visent à faire croître le nombre d'équipes et de coureurs aptes à défendre les couleurs de leur pays aux Championnats du Monde UCI ainsi qu'aux Jeux olympiques. C'est dans cet esprit de développement du cyclisme, hors Europe, que le Canada s'est vu attribuer une licence Continentale Pro et une licence Continentale en plus de deux étapes du calendrier ProTour, respectivement disputées à Québec et à Montréal au mois de septembre.



### 2.3.2 L'organisation et les budgets d'équipes

L'Union cycliste internationale (UCI) est le chef d'orchestre des fédérations nationales de cyclisme. À ce titre, l'UCI chapeaute les divers Championnats et diverses Coupes du monde de vélo dans ses huit disciplines (route, piste, mountain bike, BMX, paracyclisme, cyclo-cross, trial et cyclisme en salle) en plus de gérer la partie cycliste des Jeux olympiques. L'UCI, dont le siège social se trouve à Aigle en Suisse, veille à l'organisation, au développement et à la promotion du cyclisme dans le monde. Elle représente ainsi les intérêts de plus de « 170 Fédérations Nationales, 5 Confédérations Continentales, 1200 coureurs professionnels et 600 000 coureurs licenciés » (source : [www.uci.ch](http://www.uci.ch)). C'est ainsi à l'UCI que revient le rôle de mettre en place le calendrier de compétitions des cyclistes professionnels. Les équipes ont ainsi le devoir de participer à différentes épreuves cyclistes au cours de l'année. En fonction de leur label UCI, les équipes participeront à différents circuits définis par l'Union. Les équipes sont classées en trois catégories : UCI ProTeams<sup>4</sup>, Équipes Continentales Professionnelles UCI ou Continentales UCI. Les deux premières représentant les équipes professionnelles. Selon un récent rapport d'audit de la société Ernst and Young, ces dernières profitent pour la plupart d'un budget annuel substantiel.

En 2012, le budget des 40 équipes pros (18 ProTeams et 22 Continentales Pro) totalise un montant de 321 millions d'euros (près de 422 millions de dollars canadiens). La majeure partie des budgets d'équipes (73 %) est assurée par l'investissement des commanditaires (61 présents cette année). Bien entendu, ces chiffres ne disent pas tout puisqu'ils cachent une grande disparité entre les équipes en fonction de leur notoriété. Les coureurs de la catégorie de plus haut niveau (UCI

<sup>4</sup> Dix-huit équipes possèdent une licence World Tour de l'UCI. Ces équipes professionnelles nommées ProTeams ont l'obligation de participer aux épreuves du circuit World Tour. Ces épreuves donnent aux coureurs des points permettant d'établir un classement WorldTour : individuel, par équipe et par nation.

ProTeams) participent au circuit ProTour. Chacune des épreuves est l'occasion de récolter des points, ce qui permet à l'UCI d'établir deux classements annuels : celui de la meilleure équipe et du meilleur coureur. Ce fonctionnement actuel de l'UCI, établi en 2005 alors que l'organisme a revu sa façon d'appréhender le calendrier de compétition cycliste, a essuyé plusieurs critiques puisque, dans ce cadre, priment les intérêts financiers.

Les équipes capables d'obtenir un budget de fonctionnement leur permettant d'offrir de très bons salaires, vont chercher les meilleurs coureurs et finissent en tête de peloton du classement UCI ce qui assure également la pérennité de leur positionnement ProTour. Le budget des plus puissantes équipes avoisine les 18 millions de dollars. Et le salaire moyen des coureurs de première division (ProTour) est de 264 000 euros (soit environ 347 000 \$ CAN). La réalité n'est pas la même chez les équipes de moindre niveau : Équipes Continentales Professionnelles UCI ou Continentales UCI. Celles-ci ont des circuits en fonction de leur continent d'appartenance et ont un classement par équipes, coureurs et nations. Elles bénéficient aussi de budgets généralement moins étoffés que les équipes ProTeams. Les meilleures Équipes Continentales Professionnelles peuvent recevoir le label 'wild card' et ainsi, exceptionnellement, et sur invitation, participer aux épreuves UCI ProTour et cumuler des points pour tenter d'avancer et de passer à un autre niveau.

### 2.3.3 Le cyclisme au Québec et au Canada

Les Québécois et les Canadiens sont minoritaires sur l'échiquier du cyclisme mondial. La seule Équipe Continentale Professionnelle UCI canadienne est l'équipe SpiderTech Powered by C10. Elle a été fondée en 2008 et a obtenu sa licence UCI en janvier 2011. En 2012, les Québécois ont également obtenu une licence Continentale UCI pour l'équipe : Ekoi-Gaspésien. En dehors des membres de ces deux formations,

les autres cyclistes élités sont soit repêchés par des équipes européennes ou américaines, ou sont cyclistes amateurs de niveau national et ne sont pas rémunérés pour leurs activités. L'Association cycliste canadienne a toutefois une vision de croissance du cyclisme. Sur son site, l'association affirme vouloir que le Canada soit en 2020 « un des pays les plus performants en cyclisme, jouissant de réussites internationales améliorées, profitant d'une participation nationale accrue et organisant des événements de niveau mondial ». En attendant, le cyclisme se développe progressivement avec les moyens qui lui sont consacrés.

L'équipe SpiderTech Powered by C10 reste la formation cycliste la plus forte sur la scène canadienne, mais le budget de l'équipe ne permet pas encore de rêver au plus haut niveau (ProTeams / WorldTour). Pour que les Canadiens se démarquent sur la scène internationale, il faut que le cyclisme passe davantage dans les moeurs du pays pour arriver à aller chercher l'appui de commanditaires de poids. Steve Bauer qui est à l'origine de la formation SpiderTech Powered by C10 avoue vouloir faire passer son équipe à un niveau ProTeams. Le budget d'une telle équipe est toutefois cinq fois plus élevé que celui d'une équipe Continentale Professionnelle. Une Équipe ProTeams doit avoir 27 coureurs dans sa formation et pouvoir s'assurer d'avoir le support d'une équipe médicale et technique plus étoffée qu'au niveau Continental Pro. Pour le moment, la plus haute formation canadienne assure ses activités avec un budget qui avoisine les 2,5 millions. Pour passer ProTeams, la formation doit pouvoir doubler son budget.

Les Canadiens ont du chemin à faire pour tenter de rejoindre le niveau des équipes de première division (ProTour / WorldTour). On peut néanmoins affirmer que le cyclisme québécois et canadien ne s'est jamais si bien porté. Compte tenu de cette dernière affirmation, il est fondamental de mettre en place un encadrement et des interventions adéquates pour répondre aux besoins de l'élite cycliste canadienne qui est amenée à se développer de plus en plus. Pour le moment, aucun support médical et

psychologique en amont n'est offert aux cyclistes élités pour prévenir l'émergence de comportements à risque.

#### 2.3.4 Enjeux médiatiques, financiers et de dopage

Considérant la tradition et l'histoire du cyclisme en Europe, il va de soit que les enjeux médiatiques, financiers et de dopage divergent d'un continent à l'autre. La réalité du cyclisme professionnel canadien est sans conteste très différente de celle des Français ou des Européens. Au Québec et au Canada, très peu de cyclistes vivent de leurs activités sportives. En cyclisme sur route, il y a moins de 10 coureurs pros au Québec et moins de 30 au Canada. La plupart des cyclistes canadiens font du vélo par plaisir. Les rares Québécois et Canadiens payés pour faire du vélo sont les membres de l'Équipe Continentale Professionnelle : Team SpiderTech Powered by C10 (18 coureurs dont 7 Québécois) et quelques cyclistes repêchés par des équipes européennes : EuropeCar, Garmin Barracuda, FDJ. Non seulement les sportifs professionnels salariés du vélo sont rares au Québec et au Canada, mais ils n'ont généralement pas les mêmes salaires que les coureurs français ou européens. À titre de référence, le Québécois le mieux payé en la matière fait 100 000 \$ par année.

Quoique différente, les réalités des uns et des autres s'arriment progressivement compte tenu du développement de plus en plus grand du cyclisme à travers le monde. C'est ainsi que l'Europe ne possède pas le monopole des enjeux liés au cyclisme tel que le problème du dopage. Au Québec et au Canada, il y a eu l'histoire Jeanson en 2003 qui a terni, pendant plusieurs années, le cyclisme féminin. Plus récemment, trois cas de dopage ont été mis à jour en moins de quatre mois : Arnaud Papillon de l'équipe Louis Garneau a testé positif à l'EPO aux Championnats canadiens en juin 2011, Miguel Agreda Rojas de la même équipe a aussi testé positif à l'EPO aux Championnats québécois de cyclisme sur route au mois d'août 2011 et finalement

Benjamin Martel, un cycliste amateur de 37 ans a subi un contrôle positif à la testostérone lors de la course sur route des Championnats québécois le 28 août 2011.

Il n'est toutefois pas question d'un dopage organisé et généralisé; rien à voir avec l'affaire Festina<sup>5</sup> (1998) qui a lourdement terni la discipline. Alors qu'une Équipe Continentale Professionnelle canadienne a obtenu sa licence UCI, que le Québec est devenu l'hôte de deux grands événements cyclistes d'importance (ProTour de Québec et de Montréal) et que le cyclisme pro prend de plus en plus son envol au Canada, il y a lieu de prévenir en amont les dérapages potentiels. Notons d'ailleurs à ce chapitre qu'aucun des trois cyclistes ayant subi un contrôle positif ne fait partie d'une équipe professionnelle. Puisqu'il y a de plus en plus de cyclistes de bon niveau au pays, mais peu d'élus pour faire partie de l'unique équipe professionnelle canadienne, il y a lieu de penser que la compétition ne se fait pas sur le terrain du cyclisme pro mais à la porte de celui-ci. Une façon, pour les cyclistes de bon niveau d'être en mesure d'accéder au niveau professionnel.

La pression est assurément forte aux portes du cyclisme élite. Les cas de dopage cités plus haut nous l'illustrent éloquemment. Les athlètes ne sont donc pas à l'abri des dérapages ou du développement de comportements à risque ou psychopathologiques. Mieux connaître leur personnalité peut aider à définir un meilleur encadrement capable de court-circuiter « les risques du métier ».

---

<sup>5</sup> Une affaire de dopage organisé qui a lourdement touché le cyclisme en 1998.





## CHAPITRE 3

### MÉTHODOLOGIE

#### 3.1 Échantillon

Vingt cyclistes sur route élités canadiens, de sexe masculin, âgés de 19 à 35 ans ont été sélectionnés pour prendre part à cette étude. Ces sujets ont été choisis sur la base de leur pratique sportive (cyclisme sur route), de leur sexe (masculin), de leur niveau sportif (niveaux national et international) et de leur âge (19 à 35 ans). Ce dernier correspond au spectre moyen du début et de la fin d'une carrière cycliste élitée.

Le bassin de cyclistes de haut niveau canadiens étant très restreint, les cyclistes ont été recrutés auprès de diverses équipes cyclistes de niveaux différents (ProTour, Continentale Pro, Continentale et de niveau national). Quelques sujets sont membres d'équipes professionnelles européennes et américaines; certains ont été recrutés auprès de la seule équipe canadienne labellisée Continentale Pro par l'Union Cycliste Internationale; d'autres, auprès de la seule équipe canadienne labellisée Continentale par l'UCI; et enfin, auprès d'équipes de niveau national. Tous les sujets sont membres de la Fédération Québécoise des Sports Cyclistes et de l'Association cycliste canadienne. Pour préserver l'anonymat des participants cyclistes, le nom des équipes auxquelles ils appartiennent ne sera pas mentionné.

L'évaluation du profil de personnalité des cyclistes se fera sur un échantillon strictement masculin pour limiter les variables mises en cause. Les enjeux que vivent les athlètes masculins et féminins, notamment en ce qui a trait à la pression médiatique, sont différents. La plupart des recherches utilisant le TCI comme instrument de mesure ont été réalisées auprès de populations étoffées. Notons toutefois à ce chapitre, qu'une recherche portant sur l'Évaluation dimensionnelle de

personnalité de cyclistes sur route junior réalisée en France avec le TCI a été faite auprès d'une population de dix-huit cyclistes.

Les résultats obtenus auprès des cyclistes sont comparés à ceux d'un groupe témoin, composé de vingt participants de même sexe choisis par la technique du bouche à oreille, et appartenant à la même tranche d'âge que le groupe d'athlètes. Ces derniers sont issus de la population générale, et choisis de manière aléatoire. Ceux-ci ne pratiquent pas de sport d'élite, ni ne s'entraînent plus de 8 heures par semaine.

Tous les sujets qui ont participé à l'étude l'ont fait sur une base volontaire. Un seul refus de la part du groupe cycliste est à mentionner. Tous les autres sujets approchés ont accepté de se prêter au protocole de recherche. Ils ont tous accepté de participer au projet sans aucune pression extérieure et étaient libres de mettre fin à leur participation en tout temps au cours de la recherche. Le cas échéant, les renseignements les concernant auraient été détruits. Aucun risque n'est lié à la passation du TCI. Bien entendu, le protocole de recherche a été avalisé par le comité éthique de l'UQAM.

### 3.2 Instrument de mesure

Les participants à l'étude ont répondu au questionnaire TCI (Temperament and Character Inventory) dans sa version française validée par Péliissolo et Lépine (1997). Cet instrument est un test de type papier-crayon, autoadministré, comprenant 226 questions à choix forcés (vrai ou faux). Le temps de passation du TCI est d'environ 30 à 40 minutes.

Rappelons que la version originale du TCI a été conçue pour évaluer le profil de personnalité des individus ayant plus de 16 ans. Ce questionnaire est basé sur un

modèle psychobiologique de la personnalité. La personnalité est, dans ce cadre, perçue sous l'angle du tempérament (aspects héréditaires de la personnalité) et du caractère (aspects acquis de la personnalité). Le tempérament regroupe quatre dimensions : recherche de nouveauté, évitement du danger, dépendance à la récompense et persistance. Tandis que le caractère, qui englobe les attributs appris de la personnalité liés à la notion d'adaptation des individus, regroupe trois dimensions : détermination, coopération, transcendance.

À cet effet, un individu dans la « norme » aurait des scores moyens pour les dimensions du tempérament. En ce qui a trait au caractère, des résultats élevés illustreraient la grande capacité d'adaptation d'un sujet alors que de faibles résultats démontreraient plutôt une faible capacité d'adaptation, voire même un fonctionnement pouvant être de nature pathologique.

### 3.3 Protocole

Au mois de juin, le questionnaire a été envoyé par la poste à tous les sujets de l'étude comptant 20 cyclistes sur route élités canadiens ainsi que 20 sujets issus de la population générale et représentant le groupe témoin. Le TCI est un test autoadministré qui ne nécessite aucune surveillance.

Chaque sujet a ainsi reçu, par la poste, les documents suivant : une enveloppe comprenant le questionnaire TCI en français, des consignes claires pour y répondre ainsi qu'une lettre de consentement qu'il devait signer pour confirmer sa participation délibérée. Le tout a été envoyé à leur adresse de résidence avec une lettre de retour préaffranchie à renvoyer avant le 1er juillet 2012 à l'adresse mentionnée par le chercheur principal.

Chaque sujet devait inscrire sur le questionnaire : date du jour, date de naissance, profession, équipe et niveau sportif. Les consignes que devaient suivre tous les sujets sont celles mentionnées par Cloninger dans son guide d'utilisation du TCI. Ce sont les suivantes :

*Vous trouverez, dans ce questionnaire, des affirmations décrivant des attitudes, opinions, intérêts et sentiments que peuvent ressentir les individus.*

*Lisez ces affirmations et choisissez la réponse qui vous correspond le plus (VRAI ou FAUX). Tentez d'y répondre franchement et de manière spontanée. Choisissez la réponse qui est le plus à même de vous représenter tel que vous êtes généralement non pas tel que vous vous sentez actuellement.*

*Assurez-vous d'être seul quand vous répondez au questionnaire et de nous renvoyer ce dernier lorsque vous avez terminé.*

*Pour répondre à chaque question vous n'avez qu'à encercler la réponse qui vous convient VRAI ou FAUX.*

*Lisez attentivement chaque question, mais tentez d'y répondre spontanément.*

*Répondez à toutes les questions même lorsque vous n'êtes pas certain de votre réponse.*

*Rappelez-vous qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Il n'y a que votre réponse. Celle qui est le plus à même de vous représenter.*

Une fois les questionnaires retournés au chercheur, les données ont été recueillies et saisies dans un fichier SPSS pour être comptabilisées, analysées et comparées.

L'étude étant réalisée auprès d'une population restreinte (20 cyclistes et 20 participants du groupe témoin), nous avons choisi de faire des analyses non paramétriques, pour éviter que des valeurs extrêmes n'aient d'influence sur nos résultats. Les résultats du TCI, entre les groupes, cycliste et témoin, ont ainsi été comparés à l'aide de tests non paramétriques couplés de comparaisons de moyennes (Mann-Withney). Dans ce cadre, nous avons fixé le seuil de la signification statistique à 5%.

### 3.4 Quantification et analyses

La saisie et l'analyse préliminaire des données du TCI se sont faites en fonction de la grille d'analyse conçue par Cloninger et coll.

Les divers items du questionnaire y sont regroupés pour représenter les 7 dimensions de la personnalité, elles-mêmes divisées en sous-dimensions. Dans le questionnaire TCI, chaque question se réfère à une dimension ou à une sous-dimension du tempérament ou du caractère. La grille d'analyse permet donc de comptabiliser sept scores principaux qui correspondent aux 4 dimensions du tempérament : recherche de nouveauté (novelty seeking NS), évitement du danger (Harm Avoidance HA), dépendance à la récompense (Reward dependance RD), persévérance (persistence P) et aux 3 dimensions du caractère : détermination (Self-Directedness SD), coopération (Cooperation C) et transcendance (Self-Transcendence ST). La grille permet aussi de calculer 25 sous-scores qui représentent 3 à 5 facettes des dimensions principales. Cela donne deux types de résultats : bruts (total des items de chaque dimension); pondérés (total des items de chaque dimension divisé par le nombre d'items de la dimension).



Pour obtenir les divers scores, il s'agissait de faire la somme des items correspondant à chaque sous-score (V+F) en comptant 1 si la réponse correspondait à ce qui est indiqué dans la grille d'analyse et 0 sinon. Pour chaque dimension, il est possible de diviser le total par le nombre d'items et multiplier par 100 pour obtenir des scores pondérés. Le score de chaque dimension correspond au total ou à la moyenne des sous-scores.

Nous nous sommes attardés aux grandes dimensions plus qu'aux sous-dimensions du tempérament et du caractère pour voir si, de façon globale, les cyclistes ont des personnalités singulières et communes qui divergent du groupe témoin. Au final, nous avons aussi choisi de comparer, de façon descriptive uniquement, les résultats obtenus auprès des cyclistes canadiens avec ceux obtenus par une recherche de même nature effectuée en 2003 auprès de l'équipe cycliste junior de France par Jean-Christophe Seznec.

### 3.5 Limites de recherche

Le nombre de participants à l'étude est limité (vingt cyclistes). Tous ces participants ont été choisis sur la base de leur nationalité (québécoise), de leur sexe (masculin) et de leurs performances (de calibre élite) et ce, afin d'évaluer une population homogène dans les défis auxquels elle est exposée.

La population cycliste de haut niveau étant, par définition, limitée au Québec, il va de soi qu'il est impossible d'avoir un nombre élevé de cyclistes professionnels participant à la recherche. Toutefois, la communauté de l'élite cycliste québécoise ayant été de bon support, les participants à l'étude, se comptent au nombre de vingt qui est, en somme, le nombre de cyclistes sondés dans l'étude de même nature réalisée en France en 2003.

Compte tenu de la réalité financière et de la pression médiatique différentes chez les cyclistes masculins et féminins, il a été judicieux de ne cibler que le peloton masculin. Tel que mentionné précédemment, il s'agissait d'évaluer une population homogène dans les défis auxquels elle est exposée.

Le TCI est un test de personnalité autoadministré contenant 226 questions VRAI ou FAUX. Cet instrument de mesure a été largement utilisé à travers le monde dans les vingt dernières années et s'est avéré valide et concluant. Nous aurions toutefois pu utiliser sa version améliorée : le TCI-R. Ce dernier a été ajusté pour panser les problèmes de validité rencontrés au chapitre de la dépendance à la récompense et de la persistance. Ces valeurs ont été étoffées, améliorées, pour que les scores qui en découlent soient plus consistants. Le nombre de sous scores pour chaque dimension a été uniformisé et les réponses fermées (vrai/faux) ont été remplacées par une échelle de Likert pour assurer une plus grande discrimination.

Un code a été attribué à chaque participant pour assurer l'anonymat. Il n'est toutefois pas impensable de croire que les résultats obtenus aient été influencés par le concept de « désirabilité sociale ». Ce concept désigne le biais par lequel le répondant s'affiche tel que la norme sociale l'exige plutôt que tel qu'il est réellement. Aussi, il est possible de croire que le moment de l'année, voire du calendrier cycliste, puisse avoir une légère influence sur les réponses données par les cyclistes. Les enjeux sportifs rencontrés par les athlètes sont différents et liés au calendrier saisonnier. Mentionnons néanmoins que selon des études de stabilité temporelle, le TCI, un test qui a été largement utilisé, montre une fiabilité et une constance des résultats à travers le temps. La stabilité temporelle du TCI a, par le passé, été évaluée par des analyses test – retest qui démontrent des corrélations intraclass très satisfaisantes pour les sept dimensions.

Le protocole de recherche de notre étude se limite au passage du TCI. Il peut certainement donner un cliché des personnalités mises en cause, mais ne peut justifier leur origine. Pour s'assurer de bien connaître les athlètes et conséquemment de les encadrer adéquatement, il serait pertinent de pousser plus loin ce type d'étude. Faire une recherche longitudinale, avec des tests complémentaires, donnerait certainement une vision plus franche des personnalités des sportifs. En plus du TCI, un protocole de recherche ultérieur pourrait, par exemple, sous-entendre également l'ajout du passage d'un questionnaire sur l'ordalie, sur la motivation, l'estime de soi, le niveau de perfectionnisme (comme l'EMP), le test EMS (l'échelle de motivation en sport), etc. Aussi serait-il pertinent, dans le futur, de collecter des informations concernant l'entraînement des participants, les blessures et enjeux psychopathologiques rencontrés au cours de leur carrière. Quelques informations complémentaires au sujet des cyclistes : ancienneté sportive, niveau cycliste, diplôme scolaire par exemple permettant d'obtenir un éclairage nuancé sur les résultats. Également, la réalisation d'entrevues en profondeur de type semi-directif saurait nuancer les résultats d'une étude qui se limite pour le moment à des données fragmentaires. Notre recherche ne pose en somme que les bases d'un travail à faire et d'un support à offrir et à standardiser.

## CHAPITRE 4

### ANALYSE ET DISCUSSION

Pour réaliser l'analyse de nos résultats, nous avons compilé ces derniers dans un logiciel SPSS puis nous avons évalué la cohérence interne de nos scores et la validité de notre outil grâce à l'alpha de Cronbach. Les coefficients alphas de Cronbach calculés pour chaque dimension varient entre 0.728 à 0.896. Nos résultats sont similaires, ou légèrement supérieurs, à ceux obtenus par Pélissolo dans son étude de validation de la version française du TCI (1999). Le tableau I. illustre nos scores et ceux de Pélissolo et confirme la validité de notre outil.

Par la suite, nous avons comparé les scores des groupes, cycliste et témoin, à l'aide de tests non paramétriques couplés de comparaisons de moyennes (Mann-Whitney). Tel que mentionné dans le chapitre Méthodologie, nous avons fixé le seuil de la signification statistique à 5%. Le tableau II. fait état des résultats pour chaque dimension ou sous dimension de la personnalité. À la lumière de ce dernier, on constate qu'il n'y a pas de différence significative entre les deux groupes pour les dimensions : Recherche de nouveauté/ Novelty seeking (NS), Évitement du danger/ Harm avoidance (HA), Détermination/ Self-directedness (SD), Coopération/ Cooperativeness (C) et Transcendance/ Self-transcendence (ST). On dénote toutefois des divergences significatives entre les deux groupes, en ce qui a trait aux dimensions de Dépendance à la récompense/ Reward dependence ( $p = 0.02$ ) et de Persistance/ Persistence ( $p = 0.05$ ). Au chapitre de la Dépendance à la récompense le groupe témoin (0,66) accuse de scores significativement plus élevés que le groupe de cyclistes (0,53). Les différences s'observent sur deux des trois sous scores liés à la Dépendance à la récompense. Le groupe de cyclistes accuse de faibles scores au chapitre de la sentimentalité (0,55) et de l'attachement (0,48) tandis que le groupe témoin accuse de scores plus élevés sur ces deux sous-dimensions avec des résultats



de (0,72) et de (0,66). Au chapitre de la Persistance, le groupe de cyclistes accuse de scores plus élevés que le groupe témoin ( $p = .05$ ).

Tableau 1 - Alpha de Cronbach

Dimensions de la personnalité	Alpha de Cronbach pour notre étude	Alpha de Cronbach étude Pélissolo
Novelty seeking	0,728	0,750
Exploratory excitability	0,715	0,600
Impulsiveness	0,681	0,590
Extravagance	0,737	0,660
Disorderliness	0,165	0,350
Harm avoidance	0,840	0,870
Anticipatory worry	0,758	0,730
Fear of uncertainty*	0,705	0,680
Shyness	0,715	0,760
Fatigability	0,783	0,710
Reward dependence*	0,746	0,680
Sentimentality*	0,479	0,410
Attachment*	0,787	0,700
Dependence	0,430	0,420
Persistence*	0,661	0,490
Self-directedness	0,864	0,820
Responsibility	0,678	0,650
Purposeful*	0,625	0,530
Resourcefulness	0,414	0,540
Self-acceptance	0,733	0,710
Congruent second nature*	0,784	0,620
Cooperativeness	0,798	0,810
Social acceptance	0,613	0,630
Empathy*	0,446	0,450
Helpfulness	0,638	0,460
Compassion	0,815	0,800
Pure-hearted	0,003	0,360
Self-transcendence	0,896	0,840
Self-forgetful	0,753	0,690
Transpersonal identification*	0,656	0,660
Spiritual acceptance	0,877	0,790
* différence significative en le groupe cyclistes et le groupe contrôle $P < 0.05$		



Tableau 2 - Test de comparaison de moyenne Mann-Whitney

	Nombre d'items	Total (n=40)		Cyclistes (n=20)		Contrôle (n=20)		p
		Moyenne	Écart-Type	Moyenne	Écart-Type	Moyenne	Écart-Type	
Novelty seeking	40	0,50	0,13	0,47	0,16	0,54	0,09	0,159
Exploratory excitability	11	0,64	0,23	0,59	0,21	0,69	0,24	0,059
Impulsiveness	10	0,37	0,24	0,37	0,30	0,37	0,15	0,395
Extravagance	9	0,53	0,24	0,48	0,22	0,58	0,25	0,143
Disorderliness	10	0,47	0,16	0,44	0,18	0,50	0,14	0,349
Harm avoidance	35	0,24	0,16	0,20	0,17	0,27	0,14	0,092
Anticipatory worry	11	0,18	0,20	0,16	0,17	0,21	0,23	0,561
Fear of uncertainty*	7	0,28	0,26	0,18	0,23	0,38	0,26	0,013
Shyness	8	0,27	0,25	0,30	0,29	0,26	0,27	0,599
Fatigability	8	0,22	0,25	0,18	0,23	0,26	0,27	0,249
Reward dependence*	24	0,59	0,18	0,53	0,18	0,66	0,15	0,021
Sentimentality*	10	0,53	0,19	0,55	0,21	0,72	0,12	0,006
Attachment*	8	0,57	0,30	0,48	0,31	0,66	0,27	0,046
Dependence	6	0,58	0,24	0,58	0,23	0,59	0,26	0,814
Persistence*	8	0,79	0,21	0,85	0,21	0,74	0,21	0,047
Self-directedness	44	0,77	0,15	0,81	0,14	0,74	0,16	0,068
Responsibility	8	0,86	0,19	0,90	0,19	0,82	0,18	0,077
Purposeful*	8	0,77	0,22	0,84	0,21	0,69	0,22	0,017
Resourcefulness	5	0,86	0,19	0,89	0,17	0,83	0,21	0,303
Self-acceptance	11	0,58	0,25	0,56	0,24	0,59	0,27	0,703
Congruent second nature*	12	0,81	0,20	0,88	0,15	0,74	0,22	0,034
Cooperativeness	42	0,79	0,13	0,75	0,15	0,84	0,08	0,117
Social acceptance	8	0,85	0,18	0,84	0,20	0,86	0,17	0,977
Empathy*	7	0,80	0,19	0,74	0,22	0,87	0,13	0,039
Helpfulness	8	0,78	0,19	0,74	0,22	0,83	0,14	0,303
Compassion	10	0,76	0,26	0,68	0,30	0,83	0,19	0,085
Pure-hearted	9	0,77	0,13	0,75	0,12	0,79	0,15	0,276
Self-transcendence	33	0,33	0,21	0,26	0,15	0,40	0,24	0,060
Self-forgetful	11	0,43	0,25	0,40	0,25	0,46	0,27	0,633
Transpersonal identification*	9	0,29	0,22	0,18	0,14	0,40	0,24	0,001
Spiritual acceptance	13	0,26	0,27	0,18	0,16	0,33	0,33	0,323

\* différence significative en le groupe cyclistes et le groupe contrôle  $P < 0,05$

De façon globale, on ne note aucune différence significative entre les résultats obtenus par le groupe de cyclistes et ceux obtenus par le groupe témoin. Les scores des deux groupes sur les diverses dimensions de la personnalité ne divergent pas, sauf pour les dimensions Persistance et Dépendance à la récompense. Pour les autres dimensions de la personnalité : NS, HA, RD, SD, C, et ST, aucune tendance particulière n'est observable chez les cyclistes.

Les résultats comptabilisés ne laissent pas croire à la présence de singularités comportementales majeures chez les cyclistes. Si les cyclistes avaient eu des scores plus élevés pour les dimensions : Recherche de nouveauté, Évitement du danger et

Dépendance à la récompense, nous aurions pu croire que ces sportifs sont vulnérables aux problèmes d'addiction puisque ces dimensions sont corrélées à ce type de pathologies. Mais en l'absence de divergences de cette nature, entre cyclistes et groupe témoin, rien ne laisse présumer que les cyclistes canadiens soient plus à risque à ce chapitre. Notre étude ne confirme pas l'existence d'une sensibilité au développement de psychopathologies de type addictif ou autre.

Les cyclistes canadiens obtiennent toutefois des scores plus élevés que le groupe témoin sur la dimension persistance. La persistance est un trait appartenant au tempérament représentant ainsi une facette biologique et héréditaire de la personnalité. La persistance désigne la propension à être persévérant et travaillant malgré les frustrations et la fatigue; cette dimension renvoie à une certaine forme de perfectionnisme et de détermination. Les gens qui ont des scores élevés à ce niveau sont perçus comme des personnes ambitieuses et promptes à fournir les efforts nécessaires dès qu'il le faut. Il n'est pas étonnant de constater, à ce chapitre, des résultats plus élevés pour le groupe de cyclistes canadiens par rapport au groupe témoin. Les conditions de compétitions répétées et la nature même du sport de haut niveau exigent, de la part des athlètes, qu'ils soient persévérants et qu'ils continuent toujours malgré l'adversité. On peut ainsi croire que le sport, nommément le cyclisme, attire des personnes ayant naturellement une propension à la persévérance et au travail acharné même dans un contexte d'adversité.

Des recherches réalisées dans le but de comparer les dimensions du TCI d'un point de vue interculturel (Miettunen et al, 2006) montrent que les Américains ont des scores très élevés sur la dimension persistance par rapport aux autres pays. À la lumière des résultats que nous avons obtenus et des résultats obtenus par ces chercheurs, il est possible d'y voir un trait nord-américain.

Une autre différence apparaît entre le groupe de cyclistes et le groupe témoin, et ce, au chapitre de la Dépendance à la récompense. La dimension Dépendance à la récompense, fait référence aux notions de sentimentalité vs rationalité, d'attachement et de détachement, de dépendance ou de besoin de support vs d'indépendance. Les résultats de notre étude sont étonnants à ce niveau puisqu'ils vont à l'encontre des résultats obtenus par Seznec et Péliissolo dans leur recherche portant sur l'Évaluation dimensionnelle de personnalité des membres de l'équipe de France junior de vélo sur route (2003). Dans l'étude qui nous concerne, pour la dimension Dépendance à la récompense, nous obtenons des scores plus élevés chez le groupe témoin (0,66) que chez le groupe de cyclistes (0,53). Ce qui veut dire, en somme, que les cyclistes mis en cause auraient plus tendance à être rationnels, objectifs, détachés et pragmatiques que la norme établie par notre groupe témoin. Ce dernier se montre davantage sensible, empathique et sociable. L'étude réalisée en 2003 montrait plutôt l'inverse : les cyclistes français présentaient des scores plus élevés que le groupe témoin avec une différence significative entre les deux groupes ( $p < 0,0001$ ). Les cyclistes français avaient ainsi des résultats plus élevés et statistiquement significatifs en ce qui a trait à deux des trois sous-dimensions liées à la dimension dépendance à la récompense : attachement affectif ( $p < 0,0001$ ) et besoin de soutien ( $p = 0,0025$ ). On aurait pu s'attendre à ce que notre étude révèle des résultats similaires illustrant la propension des cyclistes (français ou canadiens) à être sensibles aux principes de renforcement positif et de reconnaissance sociale. Mais tel n'a pas été le cas. Dans l'étude présente, le groupe témoin obtient des scores significativement plus élevés que les cyclistes qui scorent faiblement sur les sous-dimensions d'attachement et de sentimentalité. Ces résultats divergents pourraient s'expliquer par la prise en considération de deux facteurs d'influence potentiels : la dimension (la dépendance à la récompense) et le contexte social.

Certaines études (ayant utilisé le TCI comme instrument de mesure) ont soulevé le manque de validité de la dimension Dépendance à la récompense et de ses sous-

dimensions (ex. Miettunen et coll., 2004). Compte tenu de cette irrégularité répétée, une version améliorée du TCI a été mise sur pied. Nous aurions pu utiliser le TCI-R pour réaliser notre étude, mais comme nous voulions comparer, de manière descriptive, nos données et celles obtenues par Seznec et Pélissolo en 2003, nous avons délibérément décidé d'utiliser le même outil que ces derniers. Les différences statistiquement significatives au chapitre de la dépendance à la récompense ( $p = 0,02$ ), entre le groupe de cyclistes (0,53) et le groupe témoin (0,66) pourraient s'expliquer par le manque de validité de la dimension Dépendance à la récompense et des sous-dimensions : Sentimentalité, Attachement, Besoin de support, qui y sont reliées.

Quoique la dépendance à la récompense soit un trait tempéramental de nature héréditaire, il est possible de croire que le contexte social, différent entre cyclistes canadiens et français puisse potentiellement avoir une influence sur les réponses des participants. La plupart des cyclistes français de niveau élite, vivent, ou espèrent vivre, de leur métier. Les conditions dans lesquelles les cyclistes français évoluent (et l'histoire même du sport en Europe) leur permettent de tout miser sur leur carrière en espérant en vivre décemment. Cela pourrait peut-être les rendre perméables au principe de récompense : accumulation de points, de victoires, soutien des commanditaires, etc. D'un autre côté, les cyclistes canadiens pratiquent, pour la plupart, leur sport de manière d'abord récréative, parce qu'ils aiment la discipline plus que parce qu'ils espèrent en vivre. Simplement parce qu'au Canada, rares sont les cyclistes qui vivent de leur métier. Cette considération pourrait ainsi les rendre moins perméables aux principes de récompense et de renforcement sur lesquels il ne sert à rien de miser.

Si l'on convient que notre groupe témoin représente en quelque sorte la norme avec des scores significativement plus élevés que le groupe de cyclistes en matière de Dépendance à la récompense, il faut donc conclure que les cyclistes participant à

notre étude ont des scores faibles à ce chapitre et plus spécifiquement en matière de sentimentalité (0,55 /0,72) et d'attachement (0,48 /0,66). Selon Cloninger, des scores faibles au chapitre de la sentimentalité définissent des personnalités à la fois déterminées, suffisamment détachées et peu sensibles aux autres. Des scores faibles au chapitre de l'attachement, représentent les personnes qui sont de type plutôt privé et peu empreintes à se dévoiler. Les cyclistes canadiens qui embrassent leur sport malgré un contexte social qui ne le favorise que très peu se doivent d'être à la fois déterminés et détachés par rapport à la finalité de leur investissement. Le sport, peu reconnu au Canada, attire peut-être ainsi surtout des personnes capables de composer avec peu d'encouragement et de support. On peut aussi croire que ce sport, au Québec et au Canada, demeure une discipline qui se pratique de façon implicitement plus individuelle que collective. Contrairement au cyclisme français qui, bien ancré et inscrit dans les us et coutumes, sous-entend plus aisément une pratique collective et un soutien conséquent. L'appât du gain pour un cycliste français peut être considérable : salaire, reconnaissance sociale, etc. Pour un cycliste canadien, il en va généralement tout autrement. Au Canada, les athlètes qui pratiquent le vélo ne le font principalement pas pour des raisons extrinsèques (salaire et reconnaissance par exemple), car celles-ci sont peu nombreuses et rares. Il est envisageable de croire que la pratique du cyclisme élite au Canada sous-entend un investissement exempt de facteurs de renforcements extérieurs. Ce qui expliquerait peut-être que le sport draine une faune de sportifs qui semblent moins appétents de reconnaissance et plus solitaires, déterminés et détachés.





## CONCLUSION

Nos résultats ne suggèrent pas de différences importantes entre cyclistes et non-cyclistes. Les deux groupes apparaissent plus similaires que différents sur la plupart des dimensions de la personnalité à l'exception des dimensions : Persistance et Dépendance à la récompense. En dehors de celles-ci, on ne dénote pas de particularités chez les cyclistes canadiens. Aucun comportement singulier ne ressort de façon franche sinon qu'une propension à la Persistance ainsi qu'à un certain pragmatisme. Ces données sont plutôt encourageantes. Elles laissent présumer que les cyclistes canadiens n'accusent pas de vulnérabilité particulière face aux psychopathologies soulevées dans notre problématique. Selon les classifications de Cloninger, si les résultats des cyclistes avaient été élevés sur les dimensions : recherche de nouveauté (de tempérament aventureux) et dépendance à la récompense (avide de reconnaissance sociale), on aurait pu présumer d'une certaine fragilité comportementale potentielle. Il est possible de penser que le tempérament rationnel des cyclistes canadiens les rend peu perméables à la pression de performance et aux travers qu'elle peut engendrer. Bien évidemment, cela ne sous-entend pas que les athlètes canadiens ne vivent pas d'enjeux liés à leur pratique, ni ne laisse présumer qu'ils sont immunisés face aux stress physique et psychologique. Mais cela porte à croire que la réalité cycliste canadienne est loin des enjeux et de la réalité européenne. L'obsession du dépassement et la pression de performance dans la sphère cycliste ne semblent pas se conjuguer de la même façon dans le peloton canadien et dans le peloton français. Le cyclisme en France est un sport et un spectacle ancré dans l'histoire du pays. Dans ce cadre, les athlètes ont réellement une valeur marchande et un devoir de victoire s'ils veulent honorer le support d'importants commanditaires qui les épaulent. Au Canada, la réalité est autre. Les commanditaires manquent à l'appel et le spectacle cycliste (le ProTour par exemple) n'attire encore qu'une foule restreinte. Rappelons-nous qu'au Canada peu de cyclistes vivent de leurs activités; que le cyclisme est encore peu commandité et que, conséquemment, il faut à la fois

être persévérant pour y faire carrière et conserver un plan B pour avoir un projet de vie en dehors du projet sportif. Ces considérations peuvent peut-être rendre les cyclistes canadiens moins fragiles aux dérapages potentiels tels que le dopage et le surinvestissement sportif par exemple. Peu d'entre eux ont le luxe de tout miser sur leur carrière sportive. On peut croire qu'ils ont ainsi moins de chance d'adopter des comportements à risque. Les athlètes canadiens qui pratiquent le cyclisme, doivent autant que possible étudier et se dessiner, pour la plupart, une carrière en dehors du giron cycliste. Mentionnons également que les athlètes qui se retrouvent à faire carrière dans le vélo en France et au Canada ne partagent pas les mêmes origines et les mêmes ambitions. Alors qu'en France le vélo peut représenter une voie d'accès à un statut social plus élevé, il n'en va pas ainsi au Canada. Au pays, le vélo peut certes représenter une passion, mais pas une panacée pouvant mener à un avenir meilleur. Devenir une vedette cycliste canadienne tient davantage du miracle ou du moins de l'exception. Au pays, il faut être en moyen pour embrasser le vélo. Comme les commanditaires sont plus rares, mieux vaut ne pas en dépendre. Le contexte sociosportif est en train de changer au Canada où l'intérêt pour le vélo est croissant. Mais même avec cet intérêt grandissant, nous demeurons loin du contexte cycliste européen en matière de moyens, d'événement, de spectacle, de commanditaires, etc. Le cyclisme ne fait pas encore partie intégrante de nos mœurs et la carrière cycliste demeure un choix marginal qui peut être périlleux. Ces considérations nous permettent toutefois de croire que dans le peloton canadien, la pression pour réussir pourrait être moins grande. Compte tenu du fait qu'au pays la glorification des cyclistes élites est moins importante, l'artificialisation des performances est un risque sans doute moins présent qu'en Europe.

Bien entendu, notre recherche ne donne qu'un bref cliché des personnalités des athlètes canadiens qui évoluent dans le domaine du cyclisme. Cette étude peut néanmoins faire émerger des pistes de réflexion quant à l'encadrement sportif et psychologique qu'on peut offrir aux cyclistes canadiens. À la lumière de notre étude,

on remarque deux tendances chez les cyclistes qui peuvent inspirer une approche et un encadrement adaptés. Les cyclistes canadiens représentés par notre groupe de participants apparaissent d'abord plus travaillants et persévérants que la norme établie par notre groupe témoin. Les cyclistes ciblés par notre étude semblent aussi être beaucoup plus pragmatiques, objectifs et détachés que le veut également la norme. On peut ainsi penser que le cyclisme attire, au Canada du moins, des athlètes persistants et acharnés, mais aussi rationnels, pragmatiques et objectifs. Ces considérations nous laissent croire que les cyclistes canadiens semblent plutôt bien adaptés à leur pratique sportive et au contexte sociosportif dans lequel ils évoluent. Si l'on se fie à nos résultats, il semble que les cyclistes canadiens ne soient pas susceptibles d'épouser la victoire coûte que coûte au prix de leur santé et de leur équilibre. L'étude ne nous suggère pas de vulnérabilité psychopathologique particulière au sein de l'élite cycliste canadienne. Bien entendu, notre étude, il faut le reconnaître, a été réalisée auprès d'une population restreinte. Et même si cette étude ne laisse pas présumer de problèmes particuliers propres à l'élite cycliste, il demeure pertinent de penser encadrer les athlètes, de toute discipline y compris le cyclisme, de manière à prévenir tout dérapage ou problème potentiel.

Il faut reconnaître les limites de notre protocole qui balise la portée de nos résultats. La population ciblée étant restreinte, il devient difficile d'extrapoler à partir des scores obtenus par nos groupes cycliste et témoin. Si la portée de notre étude demeure restreinte, celle-ci souhaite néanmoins : poser les bases d'une réflexion sur notre rapport au sport et à la performance; favoriser un encadrement sportif humain qui tient compte des enjeux rencontrés par les athlètes qu'ils soient physiques ou psychologiques; et inscrire le projet sportif dans un projet de vie.

Il serait intéressant de pousser plus loin les recherches portant sur l'étude des profils de personnalité de l'élite sportive, notamment cycliste, pour nous permettre d'adapter au mieux l'encadrement des athlètes question de leur permettre de performer dans un

contexte qui ne nuit pas à leur santé. Il serait pertinent, dans des études successives, de sonder la réalité psychologique et physique d'athlètes de diverses disciplines avec un protocole de recherche plus étoffé permettant de mieux nuancer les résultats. Dans le cadre de notre étude, il aurait été profitable d'avoir des informations complémentaires sur les athlètes : nombre d'années de pratique, niveau d'études complétées, diplômes obtenus, activités professionnelles en dehors du vélo, historique sportif (blessure, années de pratique, enjeux, etc.). Ce type de recherche plus étoffée peut donner des pistes de réflexion posant les bases d'un encadrement athlétique plus adéquat. La poursuite d'activités de recherche dans ce sens pourrait permettre aux fédérations sportives de développer des outils d'encadrement adaptés aux enjeux rencontrés par les sportifs de diverses disciplines. Il est important de penser à encadrer les athlètes d'élite de manière adaptée et adéquate pour leur permettre de s'épanouir et de performer dans l'intégrité de leurs limites et de leur santé. Il est aussi essentiel d'inscrire le projet sportif dans un projet de vie plus grand, pour s'assurer que tous les athlètes qui se consacrent corps et âme au sport, ne soient pas désemparés une fois la retraite arrivée. Dans l'humilité des limites qu'elle implique, notre recherche participe, de façon fragmentaire, à enrichir nos connaissances en sciences psychosociales du sport pour un meilleur suivi des athlètes pendant et même après la carrière sportive.



## BIBLIOGRAPHIE

- Afflelou, S. et M. Duclos. 2004. Quels liens entre pratiques sportives et troubles du comportement alimentaire ? *La Presse Médicale* 33(22): 1601-1605.
- Albert, E. 1991. Riding a Line: Competition and Cooperation in the Sport of Bicycle Racing. *Sociology of Sport Journal* 8(4): 341-341-361.
- André, N. et Laurencelle, L. 2010. *Questionnaires psychologiques pour l'activité physique, le sport et l'exercice : un répertoire commenté*. Québec: Presses de l'Université du Québec.
- Arvers, P et Choquet M. 2003. Pratiques sportives et consommation d'alcool, tabac, cannabis et autres drogues illicites. Analyse réalisée à partir des données de l'enquête ESPAD 99. *Annales de Médecine Interne* : 154 (hors-série I): 1S25-1S34
- Backmand H, Kaprio J, Kujala U et Sarna S. 2003. Influence of physical activity on depression and anxiety of former elite athletes. *International Journal of Sports Medicine*, 24 : 609-619
- Bauche, P. 2003. Clinique psychanalytique de la pratique sportive. *Filigrane* 12 (numéro 2): 103 - 111.
- Birouste J., 1990. Économie pulsionnelle des goûts des sportifs. Sport et psychologie. *Revue EPS*, Dossiers EPS numéro 10,367-372.

- Birrer, D. et Morgan, G. 2010. Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medecine. Science Sports*: 20 Suppl 2: 78-87.
- Bolle De Bal, M. 2003. L'or, l'argent et le bronze : valeurs sportives et société du spectacle. *Revue internationale de Psychosociologie* 9(20): 37-58.
- Booth, E.C. 1958. Personality traits of athletes as measured by the MMPI. *Research Quarterly of the American Association for health. Physical Education, and Recreation*, 29. 127-138.
- Bourg, J.-F. 2003. Le sportif et le marché : le cas du dopage. *Revue internationale de Psychosociologie*, 9(20): 73-90.
- Brewer, B.D. 2002. Commercialization in Professional Cycling 1950-2001: Institutional Transformations and the Rationalization of "Doping". *Sociology of Sport Journal* 19(3): 276-276-301.
- Brown S. L., Svrakic D. M., Przybeck T. R. et Cloninger C. R. 1992. The relationship of personality to mood and anxiety states : A dimensional approach. *Journal of Psychiatric Research*, 26, 197-211.
- Caristan, S. 2004. Au miroir du sport. *Etudes* 400(6): 801-814.
- Carmack M.A. et Martens, R. 1979. Measuring commitment to running: A survey of runners' attitudes and mental states. *Journal of Sport Psychology*. 1:25-42
- Caron-Laidez, Valérie. 2010. La Dépendance à l'effort, Synthèse des connaissances sur le phénomène d'addiction à l'activité physique: définition, diagnostic,

effets physiques et physiologiques, prise en charge. *Diplôme universitaire de préparation mentale et psychologie du sport*. Université de Lille II.

Carrier, C. 2003. Le modèle de la transformation somato-psychique sportive, la sexualité humaine et les addictions comportementales. *Revue internationale de Psychosociologie* 9(20): 91-99.

Carrier, C. 1993. La pratique sportive intensive en tant que conduite addictive. *Nervure*, 6, 51-58.

Carrier, C. 2000. Modèle de l'investissement sportif de haut niveau et risque de lien addictif au mouvement. *Annales de Medecine Interne*, 151 (A), 60-64.

Chakroun-Vinciguerra, N. et Faytout, M. 2005. Validation française de la version courte de l'Inventaire du Tempérament et du Caractère (TCI-125). *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive* 15(1): 27-33.

Chan, C.S. et Grossman, H.Y. 1988. Psychological effects of running loss on consistent runners. *Perception Motor Skills*; 66:875-883

Chapman, C.L. et De Castro, J.M. 1990. Running addiction: measurement and associated psychological characteristics. *Journal of Sports Medecine and Physical Fitness*; 30:283-290.

Cloninger, C. R., Przybeck, T. R., et Svrakic, D. M. 1991. The tridimensional personality questionnaire: U.S. normative data. *Psychological Reports*, 69, 1047-1057.

Cottraux, J. et Blackburn, I.M. 2006. *Psychotérapies cognitives des troubles de la personnalité*. Masson, 2e édition, 300 pages.

Décamps, G., Battaglia, N. et Idier, L. 2010. Elaboration du Questionnaire de Mesure de l'Intensité des Conduites Addictives (QMICA): Evaluation des addictions et co-addictions avec et sans substances. *Psychologie Française*, (55), 279-294.

Décamps, G. 2011. *Psychologie du sport et de la santé*. Bruxelles, De Boeck.

Delk, J.L. 1973. Some personality characteristics of skydivers. *Life-Threatening Behavior*, 3, 51-57.

Deroche, T., et Woodman, T. 2011. Athletes' inclination to play through pain: a coping perspective. *Anxiety, Stress & Coping* 24(5): 579-587.

De Witte, P. 1997. Le cyclisme est-il une drogue? *Sport et vie*. HS 6, 67-68.

Dinca, A. et Rosnet, E. 2007. Motivation, réponses de coping et performances sportives des escrimeurs: une analyse qualitative exploratoire. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée* 57(4): 201-211.

Earleywine, M., Finn, P.R., Peterson, J.B. et Pihl, R.O. 1992. Factor structure and correlates of the Tridimensional Personality Questionnaire. *Journal of Studies on Alcohol*, 53, 233-238.

Ebstein, R.P., Novick, O., Umansky, R., Priel, B., Osher, Y., Blaine, D., Bennett, E.R., Nemanov L., Katz, M. et Belmaker, R.H. 1996. Dopamine D4 receptor (D4DR) exon III polymorphism associated with the human personality trait of novelty seeking. *Nature Genetics*, 12, 78-80.

- Ehrenberg, A. 1991. *Le Culte de la performance*. Paris, Hachette littératures.
- Escriva, J.-P. 2001. Sport intensif et dopages entre normes et déviances. *Sociétés contemporaines* 44(4): 129-147.
- Famose, J.-P. 2005. Psychologie et sport. *Bulletin de Psychologie*. 47 :: 3
- Ferrand, C. et Brunet, E. 2004. Perfectionism and risk for disordered eating among young French male cyclists of high performance. *Perception Motor Skills* 99(3 Pt 1): 959-967.
- Ferreira, A. et Lamarque, S. 2006. Spontaneous appetite for wheel-running: a model of dependency on physical activity in rat. *European Psychiatry* 21(8): 580-588.
- Ferreira, A., Cornilleau, F., Perez-Diaz, F., Cohen-Salmon, C. 2008. Exercice dependence and morphine addiction: Evidence from animal models. *Journal of Clinical Sport Psychology* 2 : 17-24
- Filaire, E. et Rouveix, M. 2008. Troubles du comportement alimentaire chez le sportif. *Science et Sports* 23(2): 49-60.
- Filaire, E. et Rouveix, M. 2007. Prévalence des troubles du comportement alimentaire chez le sportif. *Science et Sports* 22(3-4): 135-142.
- Gee, C.J. 2010. How Does Sport Psychology Actually Improve Athletic Performance? A Framework to Facilitate Athletes' and Coaches' Understanding. *Behavior Modification* 34(5): 386-402.



- Geron, E, Furst, D. et Rotstein, P. 1986. Personality of athletes participating in various sport. *International Journal of Sport Psychology* 17, 120-135.
- Gillet, N. et Berjot, S. 2009. Profil motivationnel et performance sportive. *Psychologie Française* 54(2): 173-190.
- Glasser, W., 1995. *Positive addiction*. Harper Collins.
- Guerreschi, L., Garnier, C. et Menaut, A. 2003. Du sport à corps perdu. *Journal sur l'interdisciplinarité et les représentations sociales*.
- Guibbert, L. 1992. Relations entre le psychologique et l'effort physique du cycliste. *Actualites sport et medecine*, (15): 21-23.
- Hailey B.J. et Bailey L.A. 1982. Negative addiction in runners: a quantitative approach. *Journal of Sport Behavior* ; 5:150-154
- Hagberg, I.M. et Mullin, J.P. 1979. Physiological profiles and selected psychological characteristics of national American cyclists. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 19(4): 341-346.
- Hammermeister, J. et Burton, D.. 2001. Stress, appraisal, and coping revisited: examining the antecedents of competitive state anxiety with endurance athletes. *Sport Psychologist* 15(1): 66-90.
- Hammermeister, J. et Burton, D. 2004. Gender differences in coping with endurance sport stress: are men from Mars and women from Venus? *Journal of Sport Behavior* 27(2): 148-164.

- Hauw, D. et Durand, M. 2004. Pour une « dé-psychologisation » de la performance sportive de haut niveau. *Science et motricité* 53(3): 119-123.
- Heath A.C, Cloninger, C.R. et Martin, N.G. 1994. Testing a model for the genetic structure of personality: A comparison of the personality systems of Cloninger and Eysenck. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 762-775.
- Institut National de la santé et de la recherche médicale. 2008. Activité physique contextes et effets sur la santé. *Expertise collective*. 864.
- Jacobs, A. 1986. Sport psychology of cycling. In Burke, R. (ed.), *Science of cycling*. Champaign, (Il): Human Kinetics Publishers, p. 203-212..
- Jacobs, A.A. 1988. Sport psychology and its relationship to cycling. In Burke, E.R. and Newsom, M.M. (eds.), *Medical and scientific aspects of cycling*, Champaign, (Il): Human Kinetics, p. 199-208..
- Johnson, A. et Collins, P. 1985. Psychological, nutritional and physical status of olympic road cyclists. *British Journal of Sports Medicine* 19(1): 11-14.
- La Chausse, R.G. 2006. Motives of Competitive and Non-Competitive Cyclists. *Journal of Sport Behavior* 29(4): 304-314.
- Lane, A. et Terry, P. 1995. Antecedents of multidimensional competitive state anxiety and self-confidence in duathletes. *Perception Motor Skills*, 80(3 Pt 1): 911-919.

Larson, E.B, Carrol, M.E. 2005. Wheel running as a predictor of cocaine self-administration and reinstatement in female rats. *Pharmacological Biochemical Behavior*, 82 : 590-600

Laure. P. 1995. *Le dopage*. Paris : PUF.

Laure, P. 2000. *Dopage et société*. Paris : Ellipses.

Laure P. 2002. Les conduites dopantes : une prévention de l'échec? *Psychotropes*, 8 (3-4) : 31-38

Lentillon-Kaestner, V. 2008. Conduites dopantes chez les jeunes cyclistes du milieu amateur au milieu professionnel. *Psychotropes*, 14(1): 41-57.

Lentillon-Kaestner, V. et Brissonneau, C. 2009. Appropriation progressive de la culture du dopage dans le cyclisme. *Déviance et Société*, 33(4): 519-541.

Lesch, K.P., Bengel, D., Heils, A., Sabol, S Z., Greenberg, B.D., Pétri, S., Benjamin, J., Müller, C.R., Hamer, D.H. et Murphy, D.L. 1996. Association of anxiety-related traits with the polymorphism in the serotonin transporter gene regulation region. *Science*, 274, 1527-1531.

Lincheneau, P. et Franques, P. 2002. Psychopathologie du sport. *Encyclopédie Médico-Chirurgicale*, 37-887-A 10.

Mageau, G.A. et Vallerand, R.J. 2003. The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11): 883-904.

- Mateo, M. et Blasco-Lafarga, E. 2012. Heart rate variability and pre-competitive anxiety in BMX discipline. *European Journal of Applied Physiology*, 112(1): 113-123.
- McCann, S.C. et Murphy, S.M. 1992. The effect of performance setting and the individual differences on the anxiety-performance relationship for elite cyclists. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 5(2): 177-187.
- McCourt, W.F., Gurrera, R.J et Cutter, H.S. 1993. Sensation seeking and novelty seeking. Are they the same ? *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181, 309-312.
- Middleton, O. 2002. Pratiques sportives et prévention des conduites à risque. *Psychotropes* 8(3-4): 59-68.
- Mignon, P. 2002. Le dopage: état des lieux sociologique. *Documents du CESAMES*, Université René Descartes Paris 5, n° 10.
- Mikolajczyk, E. et Zietek, J. 2008. Personality dimensions measured using the Temperament and Character Inventory (TCI) and NEO-FFI on a Polish sample. *International Journal of. Methods in Psychiatric Research*, 17(4): 210-219.
- Morgan, W.P. 1979. Negative addiction in runners. *Physical Sports Medecine*, 7:57-77
- Nattiv, A., Puffer, C. et Green, G.A. 1997. Lifestyle and health risks of collegiate athletes: a multi-center study. *Clinical Journal of Sport Medecine*, 7: 262-272

- Newcombe, P.A. et Boyle, G.J. 1995. Highschool students' sports personalities: Variations accross participation level, gender, type of sport, and success. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 277-294
- Nicholls, A.R. et Polman, R.C. 2007. Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 25(1): 11-31.
- Pasman, L. et Thompson, J.K. 1988. Body image and eating disturbance in obligatory runners, obligatory weightlifters, and sedentary individuals. *International Journal of Eating Disorders*. 7:759-769
- Pastor, A. et Bilard, J. 2007. L'addiction à la pratique sportive. *Actes des Journées Nationales d'Etudes de la Société Française de Psychologie du Sport* (15 et 16 mars 2007).
- Pélissolo, A. et Lépine, J.P. 2000. Normative data and factor structure of the Temperament and Character Inventory (TCI) in the French version. *Psychiatry Research*, 94(1): 67- 76.
- Pelissolo, A. et Mallet, L. 2005. The Temperament and Character Inventory-Revised (TCI-R): psychometric characteristics of the French version. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 112(2): 126-133.
- Pélissolo, A. et Veyseyre, O. 1997. Validation of a computerized version of the temperament and character inventory (TCI) in psychiatric inpatients. *Psychiatry Research*, 72(3): 195- 199.
- Peretti-Watel, P. 2003. Interprétation et quantification des prises de risque délibérées. *Cahiers internationaux de sociologie*, 114(1): 125-141.



- Petitdemange, G. 2004. Au miroir du sport. *Études*, 6(400), p. 801-814.
- Pichard, C., Hamon, M., Gorwood, P. et Cohen-Salmon, P. 2007. Activité physique et appétence pour l'alcool: Mécanismes impliqués et rôle des facteurs génétiques dans un modèle murin. *Cahiers de l'IREB*. 18:163-176.
- Proia, S. et Morhain, Y. 2006. Le surinvestissement sportif: une parade contre l'angoisse de la perte et l'intolérance à l'affect. *Perspectives Psy*, 45(2): 157-165.
- Purper-Ouakil, D. et Michel, G. 2002. Aspects psychopathologiques de l'exercice physique intensif chez l'enfant et l'adolescent : mise au point à partir d'une situation clinique. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* 160(8): 543-549.
- Queval, I. 2001. Le dépassement de soi, figure du sport contemporain. *Le Débat*, 114(2): 103-124.
- Queval, I. 2004. Axes de réflexion pour une lecture philosophique du dépassement de soi dans le sport de haut niveau. *Science et motricité*, 52(2): 45-82.
- Redeker, R. 2008. *Le Sport est-il inhumain ?* Paris : Éditions du Pananma.
- Riché, D. 1991. Le sport est-il une drogue ? *Sport et Vie*, 5,44-50.
- Rigozzi, C. et Rossier, J. 2004. Validation d'une version abrégée du TCI (TCI-56) sur un échantillon de jeunes fumeurs et non-fumeurs. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique* 162(7): 541-548.

- Ritchie, A. et Rabenstein, R. 2002. Mostly Middle-Class Cycling Heroes: The Fin de Siecle Commercial Obsession with Speed, Distance and Records. *European Sports History Review*, 4(91) : 91-133.
- Salmi, M. et Pichard, C. 2010. Psychopathologie et sport de haut niveau. *Science et Sports* 25(1): 1-10.
- Szabo, A. 2000. Physical activity as a source of psychological dysfunction. In: Biddle, S.J., Fox, K.R. et Boutcher, S.H. (ed). *Physical activity and psychological well-being*. Routledge, Taylor & Francis Group; 130-153
- Seznec, J.C. 2008. Le suivi psychologique de sportifs de haut niveau :: enjeux et réalité. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 166 : 833-837.
- Seznec, J.C. et Lepine, J.P. 2003. Dimensional personality assessment of the members of the French junior national team of road cycling. *Encephale* 29(1): 29-33.
- Seznec, J.C. 2002. Toxicomanie et cyclisme professionnel. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 160(1): 72-76.
- Seznec, J.C. 2004. La famille sportive est-elle malade de sa réalité? *Humeur*, 34: 17.
- Svrakic, D.M., Przybeck, T.R. et Cloninger, C.R. 1991. Further contribution to the conceptual validity of the unified biosocial model of personality: U.S. and Yugoslav data. *Comprehensive Psychiatry*, 32, 195-209.

- Tenenbaum, G. et Jones, C.M. 2003. Failure adaptation: an investigation of the stress response process in sport. *International Journal of Sport Psychology* 34(1): 27-62.
- Valleur, M. et Vélé, D. 2002. Les addictions sans drogues(s). *Toxibase* ,6,1-13.
- Veale D.M. "Psychological aspects of staleness and dependence on exercise." *International Journal of Sports and Medicine* 1991, 12 (suppl 1): 19-22
- Vélé, D. 2002. L'addiction à l'exercice physique. *Psychotropes*, 8(3-4): 39-46.
- Volle, É. et Seznec, J.C. 2006. L'arrêt du sport intensif : révélation d'addiction??" *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 164(9): 775-779.
- Wauthier, J. 2008. Quel avenir pour le sport? *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 166(10): 843-846.
- Zehsaz, F. et Azarbaijani, M.A. 2011. Effect of tapering period on plasma hormone concentrations, mood state, and performance of elite male cyclists. *European Journal of Sport Science*, 11(3): 183-190.
- Zuckerman, M. 1979. *Sensation seeking: beyond the optimal level of arousal*. New York: Erlbaum Hillsdale, 1979.